Régime de dialyse

azdelta
Uw ziekenhuis.

Contenu

1. Restriction de liquide 4
2. Sel 5
3. Potassium 6
4. Phosphore 10
5. Liste des aliments autorisés et à éviter 15
6. Schéma de restriction de liquide 24

© AZ Delta
Cette publication ne peut être copiée en tout ou en partie, ni rendue publique, de quelque manière que ce soit, sans l'autorisation écrite préalable de l'éditeur.

Chère patiente, Cher patient,

En accord avec votre médecin, il a été décidé de commencer une hémodialyse.
Pour que celle-ci se déroule au mieux, il est nécessaire d'adapter vos habitudes alimentaires.
Chez les personnes souffrant d'insuffisance rénale, le fonctionnement des reins est perturbé. Les produits de dégradation (notamment l'urée et la créatinine), les acides, le liquide, le sodium, le potassium et le phosphore s'accumulent dans le corps et dans le sang, ce qui peut provoquer divers symptômes.

Pendant la dialyse, l'excès de déchets et de liquide est éliminé de votre organisme. Les conseils nutritionnels permettent de limiter la quantité de déchets et de liquide qui s'accumule entre deux dialyses.

Cette brochure a pour but de vous expliquer comment adapter votre alimentation quotidienne afin de réduire autant que possible l'accumulation de déchets et de liquide dans votre organisme. Vous y trouverez des informations sur les nutriments auxquels vous devez particulièrement prêter attention : liquides, sel, potassium, phosphore, protéines, lipides et glucides.

Les diététiciens

1 Restriction de liquide

Des reins en bonne santé éliminent l'excès de liquide de l'organisme. Lorsque la fonction rénale est réduite, le liquide s'accumule donc et peut se retrouver dans les poumons (œdème pulmonaire) ou en quantité excessive dans les jambes. Pour éviter une telle situation, mieux vaut limiter la consommation de boissons.

Quantité totale de boissons autorisée par jour = 500 à 750 ml + production d'urine sur 24 heures

La quantité de boissons autorisée dépend de la quantité d'urine formée en 24 heures. Par boissons, nous entendons l'eau, le café, le thé, les boissons rafraîchissantes, le lait... Par exemple, si vous urinez encore une quantité de 400 ml, cela donne : 500 à 750 ml + 400 ml = 900 à 1150 ml/jour.

Conseils

- Répartissez la consommation de boissons sur toute la journée.
- Utilisez de petits verres et tasses.
- Prenez autant que possible vos médicaments avec la boisson du repas.
- Pour humidifier votre bouche, vous pouvez utiliser une rondelle de citron ou un vaporisateur d'eau. Vous pouvez éventuellement aussi sucer un glaçon.
- Buvez de préférence des boissons fraîches (ni trop sucrées, ni trop salées), par petites gorgées.
- Évitez les plats riches en sel, riches en sucre, fortement épicés ou piquants, afin de limiter la sensation de soif.
- Utilisez des humidificateurs d'air.

2 Sel

Le sodium (Na) se présente principalement sous forme de sel (chlorure de sodium ou NaCl). Le sel est tellement présent dans notre alimentation quotidienne que nous consommons trop de sodium. Par sel, nous entendons le sel de cuisine, le sel marin, le sel iodé, le sel de céleri... Une trop grande quantité de sel est nocive. En général, nous utilisons du sel par habitude.

Le sodium est nécessaire pour le fonctionnement normal du cœur, des reins, des nerfs et d'autres organes. Cependant, si les reins ne fonctionnent plus correctement, un excès de sodium dans l'alimentation peut entraîner une sensation de soif, une accumulation de liquide dans l'organisme (œdème) et une augmentation de la tension artérielle. Pour éviter cela, il est nécessaire de suivre un **régime pauvre en sodium ou en sel** (max. 5 à 6 g de sel par jour !).

Mais moins de sel ne signifie pas pour autant moins de goût ! Ne vous attendez pas à trouver immédiatement un repas pauvre en sel savoureux. Saviez-vous qu'il suffit de trois semaines à peine pour que vos papilles s'adaptent à la diminution de sel ?

Conseils

- N'ajoutez pas de sel aux préparations. Utilisez des produits frais de bonne qualité et assaisonnez les plats à l'aide de plantes aromatiques ou d'épices (jamais avec du sel diététique). Attention aux mélanges d'épices, car ils contiennent généralement du sel !
- Évitez les aliments et préparations du commerce auxquels du sel a été ajouté, tels que les plats préparés et les aliments en boîte ou en bocal. Lisez les étiquettes pour savoir quelle quantité de sel ils contiennent. Attention : 1 g de sodium = 2,5 g de sel !
- Parsemez les pommes de terre de persil ou de ciboulette. Ajoutez des oignons cuits, des poivrons rouges ou verts ou des fines herbes à la purée.

- Faites mariner la viande ou ajoutez un peu de vin rouge à la préparation.
- Ajoutez du vin blanc, du citron ou des fines herbes au poisson.
- Ne mettez pas la salière à table afin de ne pas être tenté(e) d'ajouter du sel.

3 Potassium

Le corps a besoin de potassium (K) pour que les muscles fonctionnent correctement. Une trop grande quantité de potassium peut provoquer une faiblesse musculaire, un rythme cardiaque irrégulier et même un arrêt cardiaque. L'excès de potassium absorbé par l'alimentation est principalement éliminé par les reins. Lorsque les reins ne fonctionnent pas correctement, le taux de potassium dans le sang augmente. Pour éviter cela, il est préférable de limiter l'apport en potassium **(max. 2000 à 2500 mg par jour** !). Le **taux sanguin de potassium visé est de 3,4 à 4,5 mmol/l.**

Conseils

- Faites cuire les pommes de terre et les légumes dans une grande quantité d'eau. Lors de la cuisson, une partie du potassium passe dans l'eau. N'utilisez donc jamais l'eau de cuisson comme base pour une sauce.
- Épluchez les pommes de terre la veille, coupez-les en petits morceaux et laissez-les tremper une nuit dans l'eau. Faites-les cuire dans une grande quantité d'eau fraîche non salée. Cuire les pommes de terre deux fois permet de réduire le taux de potassium de plus de la moitié. Les pommes de terre cuites avec leur peau ne perdent presque pas de potassium !
- Évitez de cuisiner au micro-ondes, au four à vapeur, à l'autocuiseur, au four, au wok, en sachet vapeur, en papillote et en tajine. Ces techniques de cuisson ne peuvent être utilisées que pour réchauffer des pommes de terre et des légumes déjà cuits. Lors de l'utilisation de ces modes de cuisson, les pommes de terre et/ou les légumes perdent trop

peu de potassium.

- Attention aux légumes crus, car ils contiennent plus de potassium que les légumes cuits. Ne consommez donc qu'une demi-portion de crudités 1 à 2 fois par semaine.
- Ne mangez une petite portion de frites que 1 fois toutes les 2 semaines au maximum. Épluchez les pommes de terre la veille, coupez-les en frites et laissez-les tremper une nuit dans l'eau. Blanchissez-les 3 minutes dans de l'eau bouillante non salée et séchez-les avant de les frire. N'accompagnez pas les frites d'autres aliments riches en potassium. Vous pouvez aussi assaisonner les pommes de terre correctement cuites avec de l'huile d'olive, du romarin et du thym et les passer brièvement au four.
- Remplacez régulièrement (1 à 2 fois par semaine) les pommes de terre par des pâtes, du riz blanc ou du couscous.
- Les plats préparés dans une seule casserole, comme le pot-au feu, le waterzooi à la gantoise et le ragout, doivent de préférence être cuisinés de manière adaptée. Faites cuire les pommes de terre selon les instructions et cuisez les légumes séparément avant de les ajouter dans la casserole.
- Lorsque vous préparez une sauce tomate, remplacez la purée de tomates par des tomates fraîches (osso bucco, sauce bolognaise...). Cette sauce remplace les légumes.
- Mangez au maximum 1 fruit frais autorisé par jour.
- Remplacez les fruits frais par des fruits en conserve, car ils contiennent deux fois moins de potassium. Le jus des fruits en conserve ne doit pas être utilisé.
- Les produits pauvres en sel et le sel diététique contiennent beaucoup de potassium, car dans ces produits, le sodium est remplacé par du potassium.
- Le thé contient moins de potassium que le café.
- Ne buvez pas de soupe !
- Faites attention aux aliments enrichis en minéraux, car ils peuvent contenir beaucoup de potassium.

Utilisation de chélateurs de potassium en poudre

La poudre doit être prise pendant le repas. Elle se lie dans l'intestin au potassium contenu dans les aliments et est éliminée de l'organisme par les selles.

La poudre se dissout bien dans l'eau ou peut être mélangée avec des aliments. Elle se mélange bien avec la farine (cake, par exemple), mais pas avec l'huile ou les œufs.
La poudre peut également être chauffée.

Le potassium ajouté mentionné sur l'emballage des denrées alimentaires est désigné par les mentions sel de potassium, chlorure de potassium (KCl) ou E50.

Les chélateurs de potassium doivent être pris lors d'un repas ou d'un en-cas riche en potassium.

Aliments riches en potassium : à consommer de manière limitée !

Les pommes de terre, les légumes et les fruits sont indispensables dans une alimentation saine. Ils contiennent énormément de vitamines, mais aussi des minéraux comme le potassium. Moyennant un choix judicieux, une taille correcte des portions et un mode de préparation adapté, ils conviennent à un régime en cas de dialyse.

Consommation maximale recommandée de pommes de terre, de fruits et de légumes par jour

- **max. 150 g** de pommes de terre par jour (3 pommes de terre de la taille d'un œuf)
- **max. 150 g** de fruits frais par jour (= 1 fruit)
- **max. 150 g** de légumes cuits par jour

Le lait et les produits laitiers (yaourt, pudding, bouillie, lait, babeurre) contiennent également beaucoup de potassium et il vaut donc mieux les **limiter à 250 ml par jour.** Si votre

taux de potassium est constamment élevé, la quantité de lait et de produits laitiers peut être réduite à 125 ml par jour. Les produits à base de soja contiennent beaucoup moins de potassium et peuvent éventuellement être utilisés pour remplacer le lait et les produits laitiers.

Aliments très riches en potassium : à éviter !

Pain et céréales

- produits complets (pain complet, pâtes complètes, riz complet, son...)
- muesli, céréales pour petit-déjeuner complètes et céréales pour petit-déjeuner aux fruits secs, aux noix ou au chocolat, flocons d'avoine
- biscuits complets, pain aux raisins, galettes de riz

Pommes de terre

- pommes de terre avec la peau
- frites surgelées, frites de la friterie
- chips

Légumes et légumineuses

- légumes frais : champignons, épinards, pourpier, choux de Bruxelles, fenouil, céleri branche, céleri-rave, maïs, artichaut, avocat, chou-rave, panais, radis noir, betterave rouge
- légumineuses : tous les haricots secs, pois cassés, pois chiches, lentilles, etc.
- algues marines
- purée de tomates, ketchup

Fruits

- fruits frais : banane, kiwi, rhubarbe, melon (Cavaillon), fraise, baies rouges, baies blanches, abricot, fruit de la passion,
- pamplemousse, orange sanguine, carambole (dangereuse en association avec certains médicaments)
- fruits secs : raisins, dattes, figues, pruneaux

Noix et graines
- toutes les noix, même transformées dans le massepain ou la frangipane (amandes), les mendiants
- graines et noyaux
- graine de lin

Boissons
- café fort (expresso, filtres, café soluble), café de céréales, chicorée
- tous les jus de fruits
- tous les jus de légumes (jus de tomate, jus de carotte, jus de betterave...)
- boissons de l'effort et boissons énergétiques
- soupe

Divers
- tous les produits à base de cacao (chocolat, pâte à tartiner au chocolat, lait chocolaté, pudding au chocolat, biscuits au chocolat, pralines)
- sirop de pomme et de poire
- préparations de vitamines et de minéraux

4 Phosphore

Certains patients dialysés ou atteints d'une maladie rénale chronique sévère possèdent un **taux de phosphore en permanence élevé** dans le sang, pouvant entraîner la formation de **dépôts de phosphore et de calcium** dans les artères, les articulations, les tissus mous et les organes. À long terme, cela peut avoir des conséquences : ostéoporose, calcification vasculaire, douleurs articulaires, rougeur oculaire et démangeaisons. Il est donc important de maintenir le **produit calcium-phosphore** dans le sang **en dessous de 55** et le **taux de phosphore entre 0,77 et 1,45 mmol/l.**

En cas de prise d'un chélateur de phosphate, il reste très important de limiter l'apport de phosphore via l'alimentation. L'**apport de phosphore** via l'alimentation peut être **de max.**

1200 mg par jour. Le phosphore est présent dans la plupart des aliments riches en protéines, tels que le fromage, les produits laitiers, la viande, le poisson et les œufs. De plus, l'acide phosphorique (E338) et les sels phosphoriques (E339, E340, E341, E343, E442, E450, E451, E541, E452, E1410, E1412, E1413, E1414, E1442) sont souvent ajoutés à l'alimentation par l'industrie pour améliorer la conservation, le goût et l'aspect. Le phosphore ajouté (numéros E) est entièrement absorbé par l'organisme. Sur l'emballage des denrées alimentaires, le phosphore est indiqué par la lettre **P.**

Conseils diététiques

- Préparez la purée sans jaune d'œuf.
- Faites attention aux plats de viande préparés qui contiennent du fromage tels que cordon bleu, rôti orloff, burger au fromage, pizza, lasagne, croque-monsieur...
- Préparez éventuellement la sauce au fromage avec une petite quantité de Boursin, de mozarella ou de ricotta au lieu d'emmental ou de gruyère.
- Plateau de fromage, fondue au fromage, raclette et croquettes au fromage sont également à déconseiller !
- Limitez la portion de viande ou de poisson (max. 150 g) lors du repas chaud.
- Limitez la portion de garniture (viande, fromage, poisson) à 50 g avec le repas à base de pain, 1 fois par jour.
- Limitez la quantité de produits laitiers à 250 ml par jour, sauf prescription contraire du médecin ou du diététicien.

Conseils concernant les chélateurs de phosphore

- Prenez le chélateur de phosphate pendant ou juste après le repas. Il arrive alors dans l'intestin avec la nourriture, où il se lie à une partie du phosphore contenu dans les aliments et peut ainsi quitter l'organisme par les selles.
- Les chélateurs de phosphate doivent être pris avec un repas riche en phosphore (contenant de la viande, du poisson ou du fromage) ou un en-cas riche en phosphore (yaourt, pudding, crème glacée, biscuit ou pâtisserie, par exemple). Il

est inutile de prendre des chélateurs de phosphore avec un repas qui ne contient pas de phosphore.
- N'oubliez pas d'emporter vos chélateurs de phosphore si vous allez au restaurant ou mangez là où vous faites votre dialyse. Il ne sert à rien de prendre le chélateur de phosphore oublié une heure après le repas.

Aliments très riches en phosphore : à éviter !

Pain et céréales
- produits complets : pain complet, pâtes complètes, riz complet, son...
- biscuits complets, pain aux raisins, galettes de riz
- muesli, céréales pour petit-déjeuner complètes et céréales pour petit-déjeuner aux fruits secs, aux noix ou au chocolat, flocons d'avoine

Légumes et légumineuses
- légumes frais : champignons, chou vert, choux de Bruxelles, maïs, artichaut
- légumineuses : tous les haricots secs, pois cassés, pois chiches, lentilles

Fruits
- fruits secs : raisins, dattes, figues...

Noix et graines
- toutes les noix, même transformées dans le massepain ou la frangipane (amandes), les mendiants
- graines et noyaux
- graine de lin

Viande, poisson et œuf
- viande : abats (foie, rognon, cervelle), pigeonneau, perdrix, faisan, oie
- poisson : crevettes, moules, sardines, lieu noir, hareng, surimi (= faux crabe)
- œuf : surtout le jaune d'œuf, ne mangez pas plus de 2 œufs par semaine, attention aux préparations qui contiennent

des œufs !! (tiramisu, advocaat, sauce hollandaise, sauce béarnaise, flan, sabayon...)

Divers

- produits contenant du cacao : chocolat, pralines, pâte à tartiner au chocolat, cacao en poudre, lait chocolaté, pudding au chocolat, biscuits au chocolat
- coca, tonic, Bitter Lemon, y compris les versions light
- bières de haute fermentation (bière d'abbaye, trappiste, Kriek, Gueuze)
- boissons de l'effort et boissons énergétiques
- Préparations de vitamines et de minéraux

Fromage

AUTORISÉ *	À ÉVITER
Phosphore inférieur à 300 mg/100 g	**Phosphore supérieur à 300 mg/100 g**
Fromage frais : fromage blanc, cottage cheese, Chavroux, Kiri, mascarpone, Petit Gervais, Petit Suisse, Philadelpia, ricotta, Saint-Morêt, mozarella, Boursin, Tartare...	Tous les fromages à tartiner et fondus, y compris les variétés light !
Fromage à pâte molle : Herve, camembert, Chamois d'or, Saint-Albray, Suprême des Ducs, Caprice des Dieux, feta... **Fromage de chèvre à pâte molle** : bûchette, crottin...	**Fromage à pâte molle** : brie, Chaumes, Chimay, Maredsous, Port-Salut, Petrus, Rambol, reblochon, Père Joseph... **Fromage à croûte fleurie** : roquefort, Cambozola... **Fromage à pâte dure** : gouda, gruyère, emmental, Leerdammer, Brugge Vieux, Parmesan, raclette, cheddar, Passendale...

* Les fromages maigres sont à privilégier, en raison de leur teneur en matières grasses !

Utilisez max. 30 à 50 g de fromage avec le repas à base de pain, 1 fois par jour ! Si votre taux de phosphore dans le sang reste élevé, il peut être recommandé d'éliminer complètement le fromage.

5 Liste des aliments autorisés et à éviter

Herbes aromatiques et épices

AUTORISÉ	À ÉVITER
Épices : poivre, paprika, curry, cannelle, ail, noix de muscade, safran, vanille... toutes les fines herbes fraîches et sèches : ciboulette, cerfeuil, persil, basilic, romarin, thym, laurier... Avec modération : moutarde, pickles	Sel, sel marin, sel de céleri, sel diététique (chlorure de potassium) Sauce Worcestershire, Tabasco, sauce poisson et sauce huître orientales, sauce soja Mélange d'épices : épices pour spaghettis, épices pour poulet, épices pour barbecue, épices Herbamare Purée de tomates, ketchup

Céréales

AUTORISÉ	À ÉVITER
Pain blanc ou légèrement gris pauvre en sel Pain grillé pauvre en sel Pistolets ou piccolos pauvres en sel, baguette pauvre en sel, sandwiches pauvres en sel Biscottes pauvres en sel, cracottes pauvres en sel chapelure préparée à partir de pain pauvre en sel ou de biscottes pauvres en sel écrasés	Tous les pains ordinaires salés, pain au lait, pain gâteau, pain aux raisins, pain complet, pain de seigle, pain d'épeautre craquelin, couques au beurre, croissants pistolets ordinaires, piccolos ordinaires, baguette ordinaire, sandwiches ordinaires, biscuits aux œufs, galettes de riz biscottes, cracottes, knäckebröt ordinaires Chapelure ordinaire Corn flakes, Rice Crispies, muesli, céréales pour petit-déjeuner complètes

Sucreries

AUTORISÉ	À ÉVITER
Pain d'épices pauvre en sel Pâtisseries pauvres en sel, biscuits pauvres au sel sucre, miel, gelée, confiture tous les bonbons avec modération	Pain d'épices ordinaire Pâtisseries ou biscuits ordinaires, frangipane, biscuits complets Sirop, sirop de pomme et de poire Réglisse, massepain, nougat, pop-corn Tous les produits à base de cacao : chocolat, pâte à tartiner au chocolat, biscuit au chocolat, vermicelles en chocolat Pâte à tartiner au spéculoos, beurre de cacahuète

Pommes de terre, pâtes et liants

AUTORISÉ	À ÉVITER
max. 150 g par jour Pommes de terre cuites sans sel, purée sans sel ni jaune d'œuf Frites fraîches sans sel (max. 1 fois toutes les 2 semaines) Riz blanc et pâtes blanches (macaronis, spaghettis, nouilles, tagliatelles, vermicelles), couscous, quinoa préparés sans sel farine, maïzena, fécule de pomme de terre, farine de sarrasin semoule, tapioca, pudding à la vanille, farine fermentante, levure chimique	Préparations de pommes de terre prêtes à consommer pommes de terre avec la peau, pommes de terre préparées avec du sel, toutes les variétés de croquettes Frites surgelées, frites de la friterie rösti Tous les riz et pâtes prêts à l'emploi, pâtes complètes, riz complet couscous complet ou quinoa Pizza, lasagne Germes de blé, flocons d'avoine, son de blé, graines de lin, graines et noyaux Chips, amuse-gueules

Poissons

AUTORISÉ	À ÉVITER
Toutes les sortes de poissons frais : cabillaud, saumon, sole, lotte, loup de mer, plie... Poisson surgelé non préparé Salade de poisson maison sans sel Conserves de poisson pauvres en sel, à l'exclusion des sardines avec modération : crustacés : crabe, homard, scampis, coquilles Saint-Jacques	Tous les poissons frais ou surgelés préparés lieu noir, sardines, poisson pané poisson fumé ou au vinaigre : rolmops, harengs, anchois, truite, sprat, saumon, flétan, maquereau, maatjes, anguille Salade de poisson ordinaire Conserves de poissons ordinaires Crustacés : crevettes, moules, huîtres, bulots... surimi (= faux crabe)

Viande

AUTORISÉ	À ÉVITER
Toutes les sortes de viande fraîche (bœuf, veau, cheval, porc, agneau, lapin, autruche) Poulet, dinde, canard (sans la peau) Gibier (à l'exception des espèces interdites) Viande surgelée non préparée Charcuterie fraîche maison : langue de bœuf, langue de veau, rôti, rosbif, poulet froid, dinde froide... Salade de viande maison Quorn, tofu (haché, dés, morceaux)	Toutes les viandes préparées : lard, saucisse, hamburger, paupiette, rôti orloff, cordon bleu, steak suisse, schnitzel, nid d'oiseau, burger au fromage... Abats (foie, rognon, cervelle, cœur, ris de veau) Pigeonneau, perdrix, faisan, oie Charcuterie ordinaire : saucisson de poulet, salami, saucisson de dinde, jambon cuit, jambon fumé, pâté, toutes les variétés de saucisson, corned beef... Salade de viande ordinaire Toutes les conserves de viande Substituts de viande panés, seitan, tempeh

Produits laitiers

AUTORISÉ	À ÉVITER
Fromage frais (aux fines herbes), fromage de chèvre à pâte molle, fromage (maigre) à pâte molle, fromage blanc (maigre) lait, lait de soja (bio), yaourt, babeurre, bouillie, pudding, pudding de soja, yaourt de soja nature Sorbet, crème glacée à la vanille, glace de consommation, glace au soja Max. 2 œufs par semaine	Tous les fromages à tartiner, fondus, à croûte fleurie et à pâte dure, certains fromages à pâte molle (voir liste) Lait chocolaté, pudding (de soja) au chocolat, lait cacaoté, lait de soja chocolaté Glace au chocolat Plus de 2 œufs par semaine Préparations aux œufs (tiramisu, flan, sabayon, advocaat, sauce béarnaise, sauce hollandaise...)

Légumes

AUTORISÉ	À ÉVITER
Max. 150 g par jour Légumes frais, à l'exception des variétés interdites 1/2 portion de crudités (2 fois par semaine) Légumes surgelés non préparés Légumes pauvres en sel en boîte ou en bocal	Betterave rouge, choucroute, épinards, pourpier, champignons, choux de Bruxelles, céleri branche, céleri-rave, fenouil, artichaut, avocat, chou vert, panais, radis noir, chou-rave, maïs, algues marines Légumes surgelés préparés Légumes ordinaires en boîte ou en bocal Légumineuses : tous les haricots secs, pois, lentilles, pois chiches...

Fruits

AUTORISÉ	À ÉVITER
Fruits, max. 150 g par jour Fruits frais et en conserve : à l'exception des variétés interdites	Banane, kiwi, melon (Cavaillon), rhubarbe, fraise, baies rouges, baies blanches, abricot, fruit de la passion, carambole fruits secs : raisins, dattes, figues, pamplemousse Toutes les noix, olives
Attention à la carambole, au pamplemousse et à l'orange sanguine, car ils peuvent poser des problèmes en association avec certains médicaments.	

Matières grasses

AUTORISÉ	À ÉVITER
Margarine à tartiner pauvre en sel : Margarine pour cuire et rôtir pauvre en sel Toutes les variétés d'huile Mayonnaise et vinaigrette maison pauvres en sel, dressing pauvre en sel (Becel, Vitelma) Sauce maison pauvre en sel	Beurre Toutes les margarines ordinaires Toutes les graisses pour cuire et rôtir ordinaires Mayonnaise, dressing, vinaigrette ordinaires Sauces en poudre, sauces prêtes à l'emploi

Boissons

AUTORISÉ	À ÉVITER
Eau minérale, eau gazeuse (de préférence moins de 50 mg de Na+ par litre ou adaptée à l'alimentation des bébés) Boissons rafraîchissantes à l'exception des variétés interdites café, thé Boissons alcoolisées : si elles sont autorisées par le médecin Cubes de bouillon pauvres en sel	Eau pétillante à forte teneur en sel : Vichy, Tönisteiner, Gerolsteiner, Badoit, Schweppes, soda coca, tonic, Bitter Lemon, y compris les versions light Boissons de l'effort et boissons énergétiques, smoothies Tous les jus de fruits et de légumes, jus de tomate Café soluble, café filtre, café de céréales, expresso, chicorée Bière de haute fermentation (bière d'abbaye, trappiste, Kriek, Gueuze...) Soupe ou bouillon frais, soupe en boîte ou en brique Bouillon en poudre ou cubes de bouillon ordinaires

6 Schéma de restriction de liquide

RESTRICTION DE LIQUIDE : .....ml

Petit-déjeuner : ..... ml

.....ml de café ou de thé

.....ml de lait ou de boissons lactées

.....ml d'eau

Midi : ..... ml

.....ml d'eau, de limonade blanche ou de bière de table

Soir : ..... ml

.....ml de café ou de thé

.....ml de lait ou de boissons lactées

.....ml d'eau

Notes

Contact

Service de diététique

CAMPUS BRUGSESTEENWEG

e dietisten.brug@azdelta.be

CAMPUS RUMBEKE

e dietisten.rumbeke@azdelta.be

CAMPUS MENIN

e dietisten.menen@azdelta.be

CAMPUS TORHOUT

e dietisten.torhout@azdelta.be

www.azdelta.be

Source : informations des diététiciens de l'AZ Delta

AZ Delta Deltalaan 1, 8800 Roeselare **t** 051 23 71 11 **e** info@azdelta.be **w** www.azdelta.be
0520 5272-FR **Cette brochure est revisée le 17/06/2024**