

 MANİSA CELAL BAYAR ÜNİVERSİTESİ HAFA SULTAN HASTANESİ	NÖTROPENİK HASTALARDA BESLENMEYE YÖNELİK GENEL ÖNERİLER			
ÇH.FR.06	07.02.2018	Revizyon No	Revizyon tarihi	1/3

Nötropenik hastalarda bağışıklık sistemi yetersiz olduğu için beslenmeye özen göstermek gereklidir. Gıda maddeleri mikroorganizmalar için ideal beslenme ortamıdır. Uygun ortamlarda hızla çoğalırlar. Nötropenik hastalarda şu genel kurallara uyulmalıdır.

1. Sadece taze hazırlanmış, pişmiş gıda maddeleri (taze hazırlanmış derin dondurulmuş gıdalar da olabilir.) yenilebilir.
2. Ilık –sıcak bekletilen veya sadece ısıtılmış (kaynatılmamış) yiyecek ve içecekler tüketilmemelidir.
3. Paketlenmiş gıdalarda son kullanma tarihine dikkat edilmeli, sadece dayanıklılığı uzun olan gıdalar kullanılmalıdır.
4. Kolay açılan gıda maddelerinde (süt, taze peynir, salam, et, balık, komposto, meyve suyu vs.) bir kez açılmış olan paket hemen tüketilmelidir.
5. Rengi değişmiş, kokmuş ve küflenmiş gıda maddeleri (ekmek, meyve, konserve)tüketilmemelidir.
6. Gıda maddeleri açıkta ve/veya soğutmasız tutulmamalıdır.
7. Unlu mamuller (ekmek vs.)günlük taze olarak tüketilmeli veya derin dondurucudan çıkarılmalı. Tost makinesi veya fırında pişirilmelidirler.
8. Yağ sürülecekse (tereyağ, margarin) ayrı bir bıçak kullanılmalıdır.
9. Sebze ve meyveler sadece pişmiş olarak yenilebilir. Taze derin dondurulmuş veya konserve sebze ve meyveler pişirildikten sonra yenilebilir. Soyulabilen taze meyveler çok iyi yıkandıktan sonra derince soyularak yenilebilir.
10. Çay, kahve, meyve suları ve limonata gibi içecekler taze olarak hazırlanmalı, hazır olarak alınan meyve suları, maden suları vs açıldıktan sonra kısa sürede bitirilmeli, bu sürede buzdolabında saklanmalıdır.
11. Çeşme suyu sadece kaynatılmış olarak tüketilmelidir.
12. Baharatlar ve otlar sadece yemekle birlikte pişerse yenilebilir. Yemek piştikten sonra üzerine eklenmemelidir.

Herhangi Bir Tereddüt Halinde En iyisi Bir Kez Daha Doktorunuza Danışın !

GIDA GRUBU	UYGUN GIDALAR	UYGUN OLMAYAN GIDALAR
YAĞLAR	Tüm çeşitler (tereyağ, margarin, zeytinyağı ve çiçek yağı)	Mayonez
TAHILLAR	Pişirilmiş tüm tahıllar	Çiğ tahıllar, işlenmemiş tahıllar, pişmemiş pirinç unu, arpa unu vs.
EKMEK VE UNLU MAMULLER	Tüm ekmek çeşitleri taze iken yenebilir, Etimек, galeta,içinde taneli gıdalar olmayan (fındık, ceviz vs.)ekmek pasta,bisküvi ve yufka ile yapılmış ürünler	Fındıklı ,susamlı, kremalı tüm unlu mamüller
PATATES	Tüm pişirilmiş çeşitler	Mayonezli ve benzer şekilde yapılmış patates salataları
BAKLAGİLLER	Pişirilmiş olarak fasulye, soya, nohut, barbunya,mercimek vs.	Yer fıstığı pişirilmiş olsada yenmemelidir
SEBZELER	Pişirilmiş tüm sebzeler	Pişirilmeden yenilen marul, maydonoz, roka, tere vs.
MEYVELER	Muz, portakal, nektar gibi meyveler pişirilmeden yenebilir.Elma, armut, üzüm,erik, kiraz, dut, kayısı gibi çekirdekli meyveler pişirilmeden yenmemelidir.	Çilek, böğürtlen gibi toprakla temas eden meyveler yenmemelidir.Tüm kurutulmuş mey ürünleri yenmemelidir.
TANELİ GIDALAR, FINDIK, TOHUMLAR		Fındık, ceviz, Hindistan cevizi, susam, ayçiçeği, kabak çekirdeği, Antep fıstığı vs taze veya işlenmiş olarak
TATLANDIRICI GIDALAR	Şeker, bal, reçel, jöle	Fındık, nugat kreması
TATLI GIDALAR	Küçük porsiyonlar halinde paketlenmiş bonbon, meyveli lastik şekerler, çikolata meyveli dondurma (su bazlı)	Fındıklı tatlılar, badem ezmesi, krokan, nugat, sütlü dondurma, yumuşak dondurma
İÇECEKLER	Malt- çekirdekli kahve, tüm çay çeşitleri maden suyu(karbonik asitsiz),meyve suları, limonata, kakao	Tüm alkollü içecekler
BAHARAT VE OTLAR	Pişmiş tüm baharatlar ve otlar, sirke, limon, hardal, porsiyonluk paketlerde veya paketlerde ketçap	Açılmış şişelerdeki mangal, baharat
SÜT VE SÜT ÜRÜNLERİ	Pişmiş taze süt, homojenize süt, (tüm yağ oranlarında), homojenize krema(tatlı,ekşi), homojenize süt ürünleri(meyveli veya meyvesiz), yoğunlaştırılmış süt,maksimum 4-6 hafta dayanıklılığı olan taze süt ürünleri	Pişmemiş taze süt, taze tatlı veya ekşi krema, krem şanti
PEYNİR	Vakumla kapatılmış, hazır kesilmiş veya sert peynir, porsiyon halinde paketlenmiş taze eritme peynir	Küflü peynirler, açıkta satılan çiğ sütle yapılmış veya hijyenik şartlarda yapıldığı bilinmeyen peynirler
ET VE ET ÜRÜNLERİ	Pişmiş, dana, kuzu, koyun siğir eti,vakumla paketlenmiş pişmiş ince e dilimleri	Çiğ ve tam pişmemiş etler (et salatası)tütsülenmiş etler
SALAM SOSİS ÜRÜNLERİ	Vakumla paketlenmiş kaynamış salam,sosis	Paketlenmemiş salam sosis parçaları, çiğ salam sosis
SAKATATLAR	Tam pişmiş tüm ürünler	Çiğ veya tam pişmemiş tüm çeşitler
KANATLILAR	Tam pişmiş tüm çeşitler	Çiğ veya tam pişmemiş kümes hayvanı çeşitleri
AV HAYVANLARI	Tam pişmiş tüm çeşitler (ceylan, geyik, tavşan, yabani kanatlılar)	Çiğ veya tam pişmemiş tüm çeşitler
BALIK, KABUKLU HAYVANLAR	Tam pişmiş tüm çeşitler(deniz,göl,tatlı su balıkları,karides) ve balık konserveleri	Çiğ veya tam pişmemiş tüm çeşitler
YUMURTALAR	Tam pişmiş (80 derecenin üzerinde en az 10 dakika pişmiş)tavuk yumurtası	Çiğ veya az pişmiş yumurta, yumurta salatası, yumurtalı soslar, çiğ yumurtalı tatlılar

EVDE DİKKAT ETMENİZ GEREKEN KONULAR

1. Ağız bakımlarını mutlaka uygula (karbonat , betadin ve düzenli olarak dişlerini fırçala)
2. Kalabalık ortamlara girme,
3. Evde 2 kişiden fazla sayıda isen mutlaka maske kullan
4. Bulaşıcı hastalığı olan kişilerle temas etme(Grip,kızamık,su çiçeği vs)
5. Aşı yaptırmadan önce mutlaka **DOKTORUNLA** görüş, kardeşi **POLİO** aşısı yapılacaksa doktorunuza haber verip bilgi alın.
6. Yattığın ve sürekli kullandığın odada canlı çiçek ve hayvan (kuş, balık) besleme
7. Vücudunda noktalar halinde kızarıklıklar, geniş morluklar olursa hemen **DOKTORUNU** ara
8. Kendini çarpmalardan ve kazalardan koru
9. Ateşin 38 derece olursa **DOKTORUNU** ara, Ulaşamıyorsan en yakın sağlık kuruluşuna gidip kemoterapi aldığını ve hastalığını söyle.

GEÇMİŞ OLSUN, SAĞLIKLI GÜNLER