

Hastanede yatan hastalar için kemik iliği nakli (KİN) diyet tedbirleri: aileler için bilgiler

Bu bilgi broşürü çocuğunuz hastanede kemik iliği nakli (KİN) olurken izlenmesi gereken diyet tedbirlerini izah etmektedir. KİN diyeti karmaşık olmamakla beraber, bazı gıdaların kullanımını sınırlamaktadır. Aynı zamanda yemek hazırlarken ve pişirirken izlenmesi gereken belirli kılavuz kuralları da vardır.

Bir KİN esnasında, çocuğunuzun kendi kemik iliği yüksek dozlarda kemoterapi ve/veya radyoterapi tarafından imha edilir ve enfeksiyonlarla mücadele etme kapasitesi düşürülür. Çoğu gıdalarda az miktarda mikroorganizmalar bulunur, örneğin bakteriler ve mantar enfeksiyonları; bunlar çoğunlukla zararsız olmakla beraber, nakil dönemi esnasında alınan toplam mikrobiyel yükün azaltılması tavsiye edilir.

Çocuğunuz hastane trolleyinden verilen bütün gıdaları yiyebilir. Bütün yemekler hastane mutfağında eğitimli bir aşçı tarafından hazırlanacaktır. Çocuğunuzun yemeklerini günlük olarak seçebileceksiniz. Atıştırmalar, kılavuz prensiplere uygun olarak koğuş mutfağında hazırlanabilir. Sıcak yemeklerin hasta kabininde 45 dakikadan fazla, sıcak gıdaların dört saatten fazla tutulmamaları gerekir.

İlaveten, bu rehber kurallara da uymanız gerekir:

Kaçınılacak gıdalar	→	Alternatifleri
Etler Çiğ veya az pişirilmiş (pembe) et ve kanatlı kümes hayvanları eti Füme veya tütsülenmiş Parma ham (jambon) veya salam Pate (ezme)	→	İyi pişirilmiş et ve kanatlı kümes hayvanları eti Vakum-paketli hindi eti veya ham gibi soğuk etler Teneke kutuya konulmuş et Teneke kutu veya kavanozlara konulmuş pastörize pate veya ezme
Balık Çiğ, füme veya hafif pişirilmiş füme somon veya suşi	→	İyi pişirilmiş balık
Yumurtalar Çiğ veya hafif pişirilmiş; ev yapımı mayonez, muse, sos veya krema gibi	→	İyi kaynatılmış yumurtalar, dükandan alınan mayonez, muse veya kremalar Pastörize yumurtayla yapılan diğer ürünler
Süt ve süt ürünleri Pastörize edilmemiş süt ürünlerinin tümü, örneğin parmesan peynir dahil pastörize edilmemiş peynirler, yerel çiftliklerde satılan süt Danimarka mavisini veya stilton (rokfor) gibi mavi damarlı (küflü) peynir Krem peynir, kamembert, keçi peyniri, panir	→	Bütün pastörize süt, soya sütü, Jersey sütü, UHT (ultra ısıya tabi tutulmuş) süt ve peynir ürünleri Vakum paketli pastörize ve sert peynirler; çedar ve edam gibi Dairylea®, Kraft®, Philadelphia® ve hellim gibi işlenmiş peynirler Pastörize edilmiş sade veya meyveli yoğurtlar,

ve labnah gibi tadı geliştirilmiş peynir Probiyotikler, canlı, aktif veya bio ürünler; bakterileri hala canlı yoğurtlar, probiyotik katkı maddeleri veya içecekler Dondurma kamyonetlerinde satılan yumuşak dondurma, örneğin Mr Whippy®	örneğin lassi gibi Grek yoğurtları veya yoğurt ürünleri Tek tek porsiyonlar halinde sarılmış ticarî dondurma
Sebzeler Salad malzemeleri dahil soyulmamış sebzeler, sarma yapraklar, fatuş ve tabuleh Zarar görmüş veya fazla olgunlaşmış sebzeler Pastörize edilmemiş veya yeni sıkılmış meyve veya sebze suları ya da soyulamayacak sebzeler içeren smoothie'ler (smuti-meyve, buz ile yoğurt veya dondurmadan yapılmış koyu içecekler)	İyice pişirilmiş veya soyulmuş kaliteli sebzeler Karton kutu veya kavanozlarda satılan UHT (ultra ısıya tabi tutulmuş) veya uzun ömürlü meyve ve sebze suları Pastörize smutiler
Meyve Soyulmamış meyve Hurma veya kuru üzüm ve bunları içeren muesli türü ürünler gibi çiğ kurutulmuş meyveler Zarar görmüş veya fazla olgunlaşmış meyve Pastörize edilmemiş veya yeni sıkılmış meyve veya sebze suları ya da soyulamayacak sebzeler içeren smutiler NOT: Siklosporin düzeylerini etkileyebileceği için greypfruta izin verilmez	İyice pişirilmiş veya soyulmuş kaliteli sebzeler Karton kutu veya kavanozlarda satılan UHT (ultra ısıya tabi tutulmuş) veya uzun ömürlü meyve ve sebze suları Pastörize smutiler Teneke kutulardaki meyveler veya kek, tava keki ya da tahıl çubukları (cereals bars)
Yemeğe konulan otlar ve lezzetlendiriciler Pişirilmemiş otlar, baharatlar ve biber	
İçecekler İçilmeyen su, şişede maden veya kaynak-memba suyu, kuyu, soğutucular veya içme suyu çeşmelerinden alınan su	→ Kaynatılıp serinletilmiş su Farley's® suyu veya Aquasol® gibi sterilize edilmiş su
Sert kabuklu yemişler Bütün sert kabuklu yemişler NOT: Gıda Standartları Kurumu beş yaşın altındaki çocuklar için tam veya doğranmış sert kabuklu yemişlerden kaçınılmasını tavsiye etmektedir	
Bal Pastörize edilmemiş veya 'taze çiftlik balı' ve bal peteği	→ Pastörize edilmiş veya ısı işlemi uygulanmış bal

NOT: Gıda Standardları Kurumu 12 ay altındaki küçük çocuklar için bal tavsiye etmemektedir

Muhtelif

'Al ve karıştır' ve 'büfe' tezgahlardan alınan gıdalar
Zeytin, humus, şavarma ve baklava gibi meze tezgahı yiyecekleri



Paketler her çeşit için ayrı ayrı sarımalı veya sadece koğuştta porsiyonlanmalı

**Sorularınız olursa, lütfen KİN ekibiyle temas kurun
020 7813 8584**

Kemik İliği Nakli ekibi tarafından Çocuk ve Aile Bilgi Grubu'nun işbirliğiyle derlenmiştir.

Great Ormond Street Çocuk Hastanesi NHS Tröstü
Great Ormond Street Hospital for Children NHS Trust
Great Ormond Street
London WC1N 3JH
www.goshfamilies.nhs.uk www.childrenfirst.nhs.uk