

# Weber-étrend

Vannak olyan betegségek, amelyeknek következtében vér jelenik meg a székletben. Rejtett vérzés leggyakrabban fekélybetegségben, az emésztőrendszer rosszindulatú daganataiban és fekélyes vastagbélgyulladásban (colitis ulcerosában) fordul elő. Ilyenkor a diétának az a célja, hogy hemoglobinentes étrend révén elősegítse a széklet vérvizsgálatát. Az élelmiszerekben levő hemoglobin ugyanis zavarja a meghatározást (hamis pozitív reakciót adhat), ezért az étrendben csak olyan ételek lehetnek, amelyek nem idéznek elő a vérhez hasonló reakciót.

Ajánlott élelmiszerek: tej, tejtermékek, tojás, gabonafélék, cukor, zsír, margarin, burgonya, tök, karfiol, karalábé, spárga, gyümölcsök.

Korlátozott mértékben adható élelmiszerek, nyersanyagok: színes és zöldfőzelékek (paradicsom, sárgarépa, vörös káposzta, saláta, spenót, zöldborsó, zöldbab). Azért kell korlátozni a fogyasztásukat, mert a bennük levő klorofill is zavarhatja a laboratóriumi eredmények kiértékelését.

Tiltott élelmiszerek, nyersanyagok: hús, húskészítmények, felvágottak, vér, belsőségek, szárnyasok, halak.

A Weber-próba elvégzése előtti három napra a fenti szempontok alapján állítjuk össze a beteg étrendjét.

## Klinikai tápszerek a Weber-étrendben

A laboratóriumi vérvizsgálat előtti három napon célszerű volna **Nutridrinkkel** táplálni, mert a beteg teljes tápanyag- és energiaigénye kielégíthető vele. Különösen a legyengült szervezet esetén van szükség az ételek dúsítására. A **Nutrison powder** segítségével a szükségletek szerint növelhetjük az elkészített étel energia és tápanyagtartalmát.

## Mintaétrend három napra

### 1. nap

Reggeli: tejfeles túró (két evőkanálnyi Nutrison powderrel dúsítva), zsemle, tea.

Tízórai: epres Nutridrink, babapiskóta.

Ebéd: magyaros burgonyaleves, bundás kenyér, tökfőzelék (két-három evőkanálnyi Nutrison powderrel dúsítva).

Uzsonna: vaníliás Nutridrinkkel készült madártej.

Vacsora: sajtos melegszendvics, saláta, tea.

## 2. nap

Reggeli: karamellás Nutridrink, kifli, margarin.

Tízórai: vaníliás túrókrém (két evőkanálnyi Nutrison powderrel dúsítva).

Ebéd: almaleves (egy evőkanálnyi Nutrison powderrel dúsítva), rántott sajt, párolt rizs.

Uzsonna: puffasztott rizs, reszelt alma (három evőkanálnyi Nutrison powderrel dúsítva).

Vacsora: héjában sült burgonya, margarin, tea.

## 3. nap

Reggeli: tojáskrém (főtt tojás, margarin, két evőkanálnyi Nutrison powder), zsemle, tej.

Tízórai: kockasajt, kifli.

Ebéd: trópusi ízű Nutridrink, túrós metélt.

Uzsonna: puffasztott rizs 1 dl vaníliás Nutridrinkkel és reszelt almával.

Vacsora: héjában sült burgonya, vaj, tea.

Szalayné Kónya Zsuzsa  
dietetikus