

Ernährungsempfehlungen chirurgischen Eingriffen

Nach Operationen und auch nach längeren Zahnbehandlungen sollten Sie zunächst weiche Kost bevorzugen. Meiden Sie Milchprodukte, heiße Lebensmittel, scharfe Gewürze sowie Alkohol, Koffein und Nikotin.

Im Folgenden finden Sie empfehlenswerte Lebensmittel und Tipps bei Ihrer Verwendung:

- klare Brühen, Suppen und pürierte Eintöpfe
- Mixgetränke aus frischem Obst (abgekochte Milch verwenden)
- das alt bewährte „Babygläschen“
- Apfelmus, püriertes Obst oder Obst in kleiner kaubarer Form (geraffelt, gerieben oder in dünne Scheiben geschnitten)
- blanchiertes oder püriertes Gemüse
- weichgekochte Nudeln, Kartoffeln / Kartoffelpüree, Geflügel (statt faserigem Fleisch)
- Brot ohne Rinde
- Eierspeisen: weichgekochtes Ei, Spiegelei, Rührei (schnell hergestellt und gut verträglich)

evtl. ist eine Zusatzkost aus der Apotheke anzuraten, besonders bei starken Schluck- und Kaubeschwerden

Wir wünschen Ihnen eine rasche Genesung.

Ihr Praxisteam Dr. Stefan Schnitzer