



À PARTIR DE LA  
4<sup>ÈME</sup> SEMAINE  
SUIVANT LA  
CHIRURGIE

APRÈS RÉTABLISSEMENT DE LA CONTINUITÉ  
BROCHURE NUTRITION PATIENT

# Impact de l'alimentation

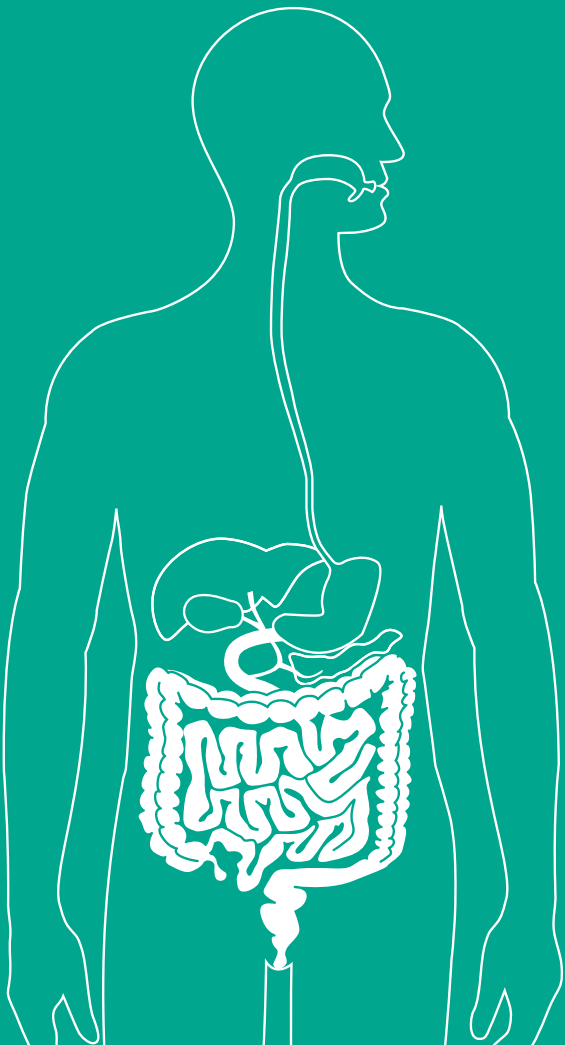
Le tube digestif est un organe destiné à l'absorption des **aliments, des vitamines, des minéraux et de l'eau.**

Suite au rétablissement de la **continuité**, l'absorption peut être réduite.

De plus certaines catégories d'aliments ou de boissons **irritent l'intestin grêle** provoquant des ballonnements et des selles liquides.

Les seuls aliments ayant une capacité optimale d'absorption sont les **féculents.**

Ils sont aussi notre apport essentiel en énergie.



# UNE ALIMENTATION ADAPTÉE

## ALIMENTS AUTORISÉS



### Féculents

- Pain
- Pommes de terre
- Céréales, riz, pâtes, semoule (non complets), quinoa, boulgour

### Protéines

- Poisson
- Viande
- Œufs
- Jambon



### Légumes

- Préférer les légumes peu fibreux

### Sauces

- Pour agrémenter vos plats

Notes :

---

---

---

---

## ALIMENTS À ÉVITER

### Certains féculents

- Maïs
- Pain complet
- Céréales complètes
- Excès de légumineuses (lentilles, petits pois, pois chiches, haricots)



### Boissons et aliments irritants

- Lait et laitages (yaourt, fromage blanc)
- Excès de fruits et légumes crus
- Thés et tisanes
- Eaux et sodas pétillants

### Certaines sauces

- Éviter les sauces piquantes ou à base de crème

Notes :

---

---

---

---

# UNE JOURNÉE ÉQUILBRÉE TYPE

À partir de la 4<sup>ème</sup> semaine suivant la chirurgie

## PETIT DÉJEUNER

Boisson + pain avec +/- beurre +/- confiture ou miel



## DÉJEUNER

Féculents (moitié de l'assiette minimum) + protéine + fromage ou fruit



Notes :

---

---

---

---

## DÎNER

Féculents (moitié de l'assiette minimum) + légumes + fromage ou fruit



## +/- COLLATION matin et/ou après-midi

Pain avec... (beurre, confiture, chocolat ou fromage)



Notes :

---

---

---

---

Le présent document, son contenu, et notamment les données institutionnelles, les informations et les logos qui y sont mentionnés sont la propriété exclusive de B. Braun. Toute représentation et/ou reproduction, partielle ou totale, de ce document et de son contenu, sans l'accord exprès et préalable de B. Braun, est strictement interdite et constitue une infraction aux droits de propriété intellectuelle de B. Braun. Document et photo non contractuels.

B. BRAUN MEDICAL | 26 Rue Armengaud | 92210 Saint-Cloud France | Tél.  
01 41 10 53 00 | Fax 01 41 10 53 99 | [www.bbraun.fr](http://www.bbraun.fr) | Société par actions  
simplifiée au capital de 31 000 000 € | RCS Nanterre 562050856  
ZB30005 - édition 01/2020