



À PARTIR DE LA
4^{ÈME} SEMAINE
SUIVANT LA
CHIRURGIE

UROSTOMIE

BROCHURE NUTRITION PATIENT

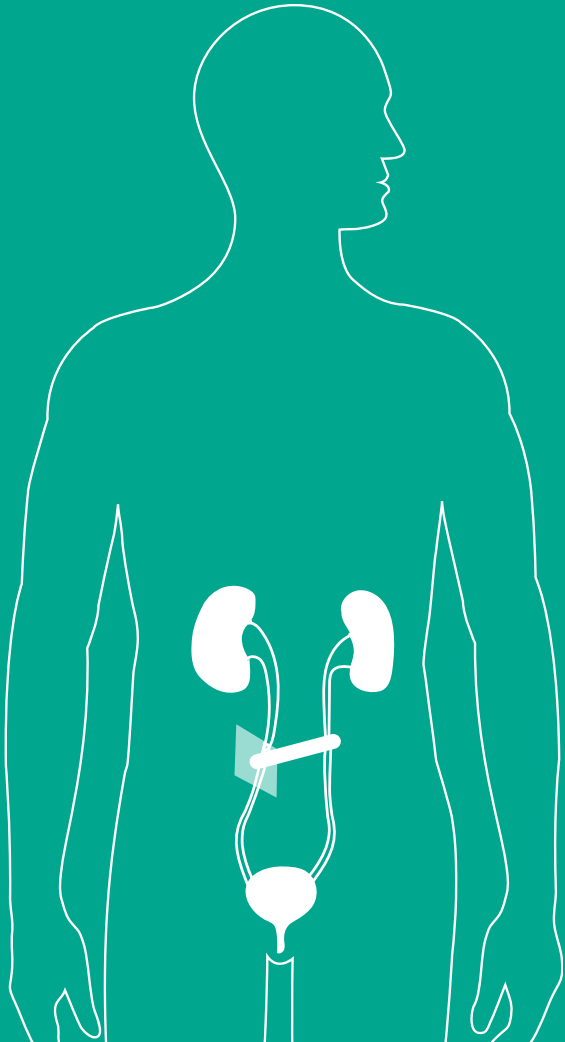
Impact de l'alimentation

L'alimentation nous apporte de l'énergie et des matériaux pour mieux récupérer après une intervention.

Cependant certaines catégories d'aliments ou de boissons **irritent l'intestin grêle** provoquant des ballonnements appuyant ainsi sur le système urinaire.

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

- Choisir des 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^{ème} 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 :

Dr Philippe FAUQUÉ
Institut Polyclinique de Cannes

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 | Société par
actions simplifiée au capital de 31 000 000 € | RCS Nanterre 562050856
ZB30006 - édition 01/2020