

## Kamica fosforanowo-wapniowa

### W odmianie tej kamicy należy:

Ograniczyć spożycie soli kuchennej.

Ograniczyć spożywanie produktów bogatych w: fosforany, wapń i szczawiany.

Zwiększyć spożycie produktów bogatych w: magnez, cytryniany.

Zwiększyć spożycie płynów, do minimum 2l na dzień.

Zwiększyć spożycie produktów zakwaszających organizm.

### Produkty zalecane:

mięso, ryby, wędliny, pieczywo, gruboziarniste kasze i makarony, masło, miód, soki i owoce cytrusowe

### Produkty zalecane w ograniczonych ilościach:

ziemniaki i pozostałe warzywa, pozostałe owoce, mleko i jego przetwory, sery podpuszczkowe, jaja

### Produkty przeciwwskazane:

nasiona roślin strączkowych, szpinak, szczaw, rabarbar, czekolada, kakao, mocna herbata i naturalna kawa, przetwory solone i przyprawy z glutaminianem sodu

## Kamica szczwianowo-wapniowa

### W odmianie tej kamicy należy:

Ograniczyć spożycie produktów z dodatkiem soli kuchennej i przypraw z dodatkiem glutaminianu sodu.

Zwiększyć spożycie produktów zawierających: magnez, cytryniany oraz fosforany.

Zwiększyć spożycie płynów, do minimum 2l na dzień.

Ograniczyć spożywanie białka zwierzęcego.

### Produkty zalecane:

produkty zbożowe z pełnego ziarna, masło, ogórki, cebula, kukurydza, cytrusy

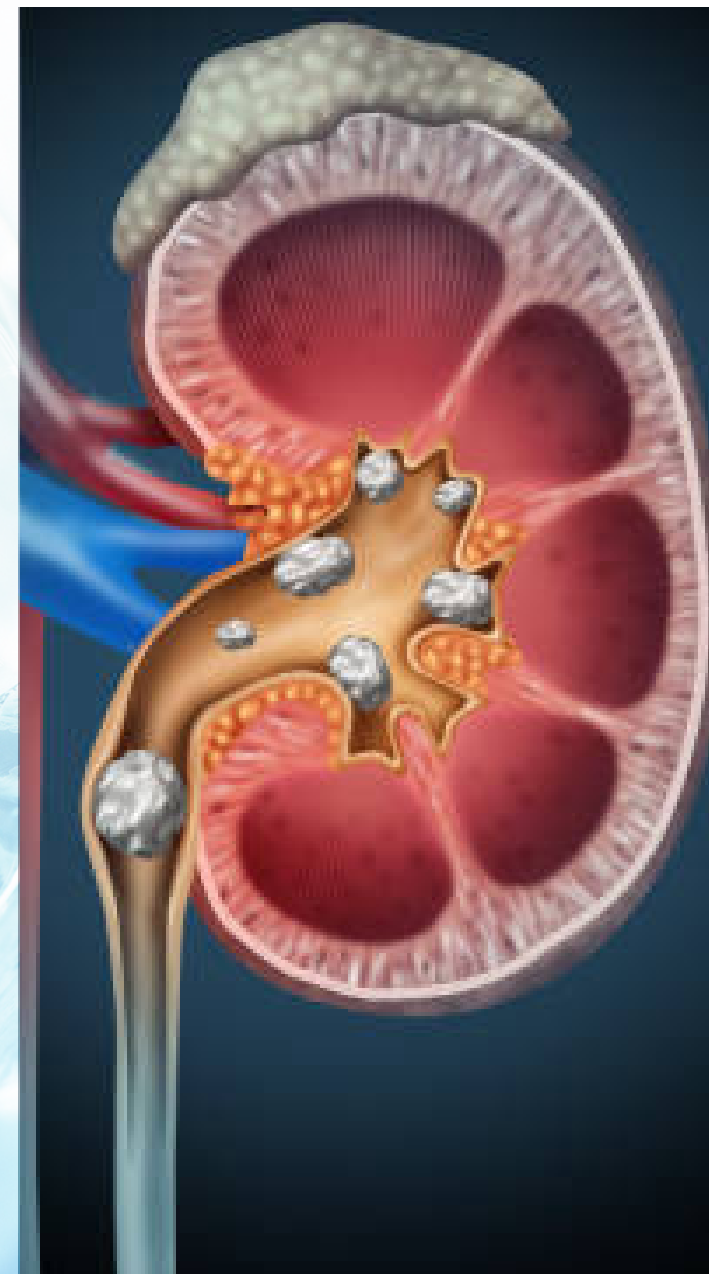
### Produkty zalecane w ograniczonych ilościach:

mięso, ryby, jaja, mleko i jego przetwory, ziemniaki, marchew, buraki, pomidory, suche nasiona roślin strączkowych, warzywa zielone, liściste i kapustę, śliwki, agrest, orzechy i cukier

### Produkty przeciwwskazane:

konserwy mięsne i rybne, koncentraty do zup i sosów, kiszonki, szpinak, szczaw, rabarbar, boćwina, suszone figi, czekolada i kakao, ostre przyprawy, mocna herbata i naturalna kawa

# KAMICE NERKOWE





## Kamica moczanowa

### W odmianie tej kamicy należy:

Ograniczyć spożycie związków purynowych, pochodzących z pożywienia.

Ograniczyć spożycie białka do 40/50g/ na dobę.

Zwiększyć spożycie płynów, do minimum 2l na dzień.

### Produkty zalecane:

warzywa i owoce, w szczególności cytrusy, ziemniaki, mleko i sery twarogowe, miód i cukier

### Produkty zalecane w ograniczonych ilościach:

pozostałe gatunki mięs - tylko gotowane, ryby, produkty zbożowe

### Produkty przeciwwskazane:

podroby, baranina, wieprzowina, śledzie, sardynki, szprotki, kawior, czekolada, kakao, orzechy, mocna herbata i naturalna kawa, wywary mięsne i rybne, rośliny strączkowe, grzyby

## Kamica fosforanowo-magnezowo-amonowa

Ograniczyć należy spożycie potraw i produktów, które są źródłem fosforanów, jak na przykład sery dojrzewające i topione, mleko i jaja, mięso i jego przetwory, podroby, ryby, konserwy, produkty zbożowe gruboziarniste, suche nasiona roślin strączkowych, kakao i orzechy.

## Kamica cystynowa

Zwiększyć należy spożycie produktów będących źródłem wit. B6 oraz ilość wypijanych płynów do dwukrotnej objętości podstawowego zapotrzebowania.

Ograniczyć należy spożycie produktów nabiałowych.

## Kamica ksantynowa

Stosowana dieta powinna być mleczno-jarska ze zwiększoną dobową ilością wypijanych płynów.



## ZNAJDŹ NAS

Centrum Medyczne Urovita  
Gabinet Dietetyczny

ul. Strzelców Bytomskich 11  
41-500 Chorzów  
☎ 32 11 14 260



ZALECENIA ŻYWIENIOWE

ZALECENIA ŻYWIENIOWE

ZALECENIA ŻYWIENIOWE