

Ernährung nach Nierentransplantation

Jenny Marquardt

Klinikum der

Martin – Luther – Universität

Halle – Wittenberg

- Nierentransplantationszentrum -

EINKAUF

LAGERUNG

**...WENN DIE
BLUTWERTE
NICHT
STIMMEN**

**KÜCHEN-
HYGIENE**

GETRÄNKE

ZUBEREITUNG

EINKAUF

- Verfallsdatum
 - Frische Lebensmittel
 - Kühlkette nicht unterbrechen
 - Leichtverderbliches in kleinen Mengen kaufen

- Sauberkeit in der Küche
 - Tücher und Bürsten
 - Haustier: Geschirr streng trennen
- Keine Gegenstände mit leicht zerkratzbaren Oberflächen
 - Tiefkühlprodukte vor dem Garen nicht auftauen
 - Brot: kein Brotkasten
- Suspekte Lebensmittel verwerfen

LAGERUNG

**KÜCHEN-
HYGIENE**

Fleisch und Fisch

- Abwaschen; durchgaren
 - Fleischwasser!
 - Fleischbrühe → Nährboden
 - Hackfleisch
 - Hähnchen, Bratwurst vom Stand

ZUBEREITUNG

Milch / Milchprodukte

- Nicht erlaubt: frische Kuhmilch/ Rohmilch
- Bedenklich: Käse mit Edelschimmel
- Fraglich: Actimel u.ä.
- Eis

ZUBEREITUNG

Obst, Gemüse, Kartoffeln

- gut säubern
 - selber schneiden
 - Blattsalate und Kräuter
 - Pilze

ZUBEREITUNG

Eier

Mayonnaise

Nüsse, Mandeln, Müsli

ZUBEREITUNG

Mindestens 2,5 – 3 l täglich

Tee

Fruchtsäfte

Gemüsesäfte, Mineralwasser

Milch

Cola, Limonaden,
alkoholische Getränke

Eiswürfel

GETRÄNKE

Natrium

Kalium

Calcium

Eiweiß

**...WENN DIE
BLUTWERTE
NICHT
STIMMEN**

Patienten über Laborwerte informieren

EINKAUF

LAGERUNG

**...WENN DIE
BLUTWERTE
NICHT
STIMMEN**

**KÜCHEN-
HYGIENE**

GETRÄNKE

ZUBEREITUNG

Ernährung nach Nierentransplantation

Jenny Marquardt

Klinikum der

Martin – Luther – Universität

Halle – Wittenberg

- Nierentransplantationszentrum -