

Inhaltsverzeichnis

1. Allgemeine Richtlinien für den Arzt und Diätassistenten	1
1.1 Theoretische Grundlagen der Diätetik bei chronischer Nieren- insuffizienz	1
1.2 Eiweißzufuhr	2
1.3 Natriumzufuhr	4
1.4 Kaliumzufuhr	5
1.5 Flüssigkeitszufuhr	6
2. Allgemeine Diätanleitungen für den Arzt, Diätassistenten und Patienten	8
2.1 Eiweißzufuhr und Eiweißeinheit (EWE)	8
2.2 Kochsalzzufuhr	9
2.3 Kaliumzufuhr und Kaliumeinheit (KE)	10
2.4 Flüssigkeitszufuhr	11
3. Eiweißgenormte Diäten. Richtlinien für den Arzt und Diätassisten- ten	12
3.1 Streng eiweißarme Diät mit 2 Eiweißeinheiten (2 EWE)	12
3.2 Eiweißgenormte Diäten mit 35 g, 40 g und 50 g Eiweiß	14
3.3 Dialysediät (eiweißgenormte Diät mit 0,8 g biologisch hoch- wertigem Eiweiß pro kg Körpergewicht)	14
4. Eiweißgenormte Diäten. Richtlinien für den Patienten	18
4.1 Streng eiweißarme Diät mit 2 Eiweißeinheiten (2 EWE)	18
4.2 Eiweißgenormte Diäten mit 35 g, 40 g und 50 g Eiweiß	19
4.3 Dialysediät (eiweißgenormte Diät mit 0,8 g biologisch hoch- wertigem Eiweiß pro kg Körpergewicht)	20

5. Nahrungsmittel-(austausch)-Tabellen, Rezepte, Menüvorschläge . .	22
5.1 Eiweißaustauschtabelle	22
5.2 Eiweißgehalt verschiedener pflanzlicher Nahrungsmittel . . .	23
5.3 Küchenmaße gebräuchlicher Nahrungsmittel	24
5.4 Nahrungsmittel, die nicht verzehrt werden sollen	24
5.5 Nahrungsmittel, die unberechnet verzehrt werden können . .	25
5.6 Kaliumaustauschtabelle für Frischgemüse und Frischobst . . .	25
5.7 Küchenmaße für Frischgemüse und Frischobst	27
5.8 Kaliumaustauschtabelle für Dosengemüse und Dosenobst . . .	29
5.9 Kaliumaustauschtabelle für tiefgekühltes Gemüse und Obst . .	29
5.10 Würztabelle	30
5.11 Elektrolytgehalt verschiedener Getränke	32
5.12 Verzeichnis der Rezepte für die streng eiweißarme Diät mit 2 EWE	34
Tageskostplan 1	36
Tageskostplan 2	38
Tageskostplan 3	40
Tageskostplan 4	42
Tageskostplan 5	44
Tageskostplan 6	46
Tageskostplan 7	48
Tageskostplan 8	50
Tageskostplan 9	52
Tageskostplan 10	54
Tageskostplan 11	56
Tageskostplan 12	58
5.13 Rezepte für eiweißarmes Brot, Gebäck und eiweißarmen Kuchen	60
5.14 Rezepte für Speisen mit hohem Kaloriengehalt	61
5.15 Verzeichnis der Rezepte für die eiweißgenormten Diäten mit 35 g, 40 g und 50 g Eiweiß	62
Tageskostplan 1/I (35 g Eiweiß)	64
Tageskostplan 2/I (35 g Eiweiß)	66
Tageskostplan 3/I (35 g Eiweiß)	68
Tageskostplan 4/I (35 g Eiweiß)	70
Tageskostplan 1/II (40 g Eiweiß)	72
Tageskostplan 2/II (40 g Eiweiß)	74
Tageskostplan 3/II (40 g Eiweiß)	76
Tageskostplan 4/II (40 g Eiweiß)	78
Tageskostplan 1/III (50 g Eiweiß)	80
Tageskostplan 2/III (50 g Eiweiß)	82
Tageskostplan 3/III (50 g Eiweiß)	84
Tageskostplan 4/III (50 g Eiweiß)	86
5.16 Dialysediät (eiweißgenormte Diät mit 0,8 g biologisch hoch- wertigem Eiweiß pro kg Körpergewicht)	88

Tageskostplan 1/1 (6 EWE)	90
Tageskostplan 2/1 (6 EWE)	92
Tageskostplan 3/1 (6 EWE)	94
Tageskostplan 4/1 (6 EWE)	96
Tageskostplan 1/2 (7 EWE)	98
Tageskostplan 2/2 (7 EWE)	100
Tageskostplan 3/2 (7 EWE)	102
Tageskostplan 4/2 (7 EWE)	104
Tageskostplan 1/3 (8 EWE)	106
Tageskostplan 2/3 (8 EWE)	108
Tageskostplan 3/3 (8 EWE)	110
Tageskostplan 4/3 (8 EWE)	112
 6. Anhang	 115
6.1 Merksätze	115
6.2 Grundlagen der Berechnungen	116
6.3 Bezugsquellen diätetischer Nahrungsmittel	118
6.4 Umrechnungsfaktoren für Elektrolyte	120
 7. Literaturverzeichnis	 121
 8. Sachverzeichnis	 123