

DIÄTEMPFEHLUNG FÜR COLOSTOMIEPATIENTEN

GÜNSTIGE LEBENSMITTEL

blähungshemmend	Joghurt, Preiselbeeren, Kümmel, Fenchel
geruchshemmend	grüner Salat, Petersilie, Preiselbeeren, Preiselbeersaft
kaliumreich	Marille, Banane, Ribiseln, getr. Apfelspalten, Schokolade, Kartoffeln, Karotten, Zeller, Schwarzwurzeln
pektinreich	Apfel, Banane, Ribiseln, Quitten

UNGEEIGNETE LEBENSMITTEL

abführend:	Alkohol, Kaffee, Colagetränke, scharfe Gewürze,
blähend	Kohlarten, Hülsenfrüchte, Lauch, Zwiebel, frisches Brot, Kohlensäure
geruchserzeugend	Fisch, Zwiebel, Pilze, Eier
stuhlfördernd	Kaffee, Flüssigkeit, kohlenwasserreiche Getränke, Frisch und Trockenobst, Rohkost, Salate, scharfe Gewürze, Nüsse, Vollkornprodukte, Leinsamen.
stuhlhemmend	Banane, Weißbrot, Zwieback, Reis, Teigwaren, schwarzer Tee, Rotwein, Schokolade, Kakao