Memorial Sloan Kettering Cancer Center

ПАМ’ЯТКА ДЛЯ ПАЦІЄНТА ТА ОСОБИ, ЯКА ДОГЛЯДАЄ ЗА НИМ

Рекомендації щодо раціону за наявності ілеостоми

Ця інформація містить рекомендації щодо раціону (вживання їжі й напоїв), яких необхідно дотримуватися під час загоєння товстої кишки. Ви також дізнаєтеся, як контролювати поширені побічні ефекти, пов’язані з ілеостомою.

Загальні рекомендації щодо вживання їжі й напоїв

Дотримуйтесь цих рекомендацій протягом перших кількох тижнів після операції. Це допоможе вам почуватися комфортно під час загоєння товстої кишки.

- Приймайте їжу часто невеликими порціями. Замість 3 основних прийомів їжі намагайтеся їсти 6 разів на день невеликими порціями. Не їжте надто багато ввечері. Це дозволить обмежити обсяг випорожнення (калових мас), що виходить з ілеостоми вночі.
- Їжте повільно й ретельно пережовуйте їжу.
- Випивайте 8–10 склянок (об’ємом 8 унцій або 240 мл) рідини (близько 2 літрів) щодня. Це допоможе відновити воду, яку ви втрачаєте через ілеостому, і не допустити зневоднення (втрати більшої кількості рідини з організму, ніж зазвичай). Для отримання додаткової інформації перегляньте розділ «Профілактика зневоднення».
- Їжте переважно прісні продукти з низьким вмістом клітковини. Для отримання додаткової інформації перегляньте розділ «Рекомендовані продукти».

- Коли ви додаєте продукти до свого раціону, рекомендується вводити їх по одному за раз. Для отримання додаткової інформації перегляньте розділ «Розширення раціону».

Перед вашою випискою з лікарні клінічний лікар-дієтолог обговорить ці рекомендації з вами. Після виписки ваш лікар і клінічний лікар-дієтолог амбулаторного відділення допоможуть вам повернутися до звичайного раціону.

Рекомендовані продукти

Протягом перших кількох тижнів після операції краще вживати переважно прісні продукти з низьким вмістом клітковини. Прісними називаються приготовані продукти, що легко засвоюються, не приправлені спеціями, не важкі й не смажені. Вживання прісних продуктів допоможе уникнути неприємних симптомів, таких як:

- діарея (рідкі калові маси);
- здуття живота;
- газоутворення;
- набряк чи болючість у місці встановлення ілеостоми.

У таблицях нижче наводяться приклади прісних продуктів із низьким вмістом клітковини. **Якщо у вас виникли питання щодо продуктів, не наведених в цих таблицях, зателефонуйте за номером 212-639-7312, щоб проконсультуватися з лікарем-дієтологом амбулаторного відділення. Ви можете зв'язатися зі співробітником відділення з понеділка по п'ятницю з 9:00 до 17:00.**

Молоко й молочні продукти

Продукти, які рекомендується включити до раціону	Продукти, вживання яких слід обмежити

• Нежирне (знежирене) молоко або молоко зниженої жирності (1% або 2%)*
• Сухе молоко*
• Молоко рослинного походження (наприклад соєве й мигдальне молоко)
• Безлактозні молочні продукти (наприклад продукти Lactaid®)
• Йогурт*
• Сир*
• Маложирне морозиво або фруктове морозиво
• Яйця**
	• Молоко й молочні продукти високої жирності, наприклад:
	  ○ Цільне молоко
	  ○ Звичайне морозиво або фруктове морозиво
	• Молоко й молочні продукти з лактозою, якщо після їх вживання у вас спостерігається діарея

* Якщо у вас діарея після вживання цих продуктів, спробуйте замінити їх молоком рослинного походження або безлактозним сиром чи йогуртом.

** Якщо ви вводите до раціону яйця, починайте з невеликої кількості (наприклад, з 1 яйця). Яйця можуть спричинити появу неприємного запаху при відкритті стомного мішка.

М’ясо й білкова їжа	
Продукти, які рекомендується включити до раціону	**Продукти, вживання яких слід обмежити**

• Пісні білки тваринного походження, наприклад:
  ○ М’ясо без помітного жиру
  ○ М’ясо птиці без шкіри (наприклад курка чи індичка)
  ○ Риба*
• Однорідні горіхові олії (наприклад кремоподібна арахісова олія)*
	• Продукти з високим вмістом жиру, наприклад смажене м’ясо, птиця і риба
	• Продукти з високим вмістом клітковини, наприклад сушені або консервовані бобові (квасоля, горох, сочевиця)

* Якщо ви вводите в раціон рибу й горіхові олії, починайте з невеликої

кількості. Ці продукти можуть спричинити появу неприємного запаху при відкритті стомного мішка.

Злакові	
Продукти, які рекомендується включити до раціону Продукти з низьким вмістом клітковини, наприклад: • Білий хліб, макаронні вироби і рис • Бейгли, булочки й крекери з білого пшеничного борошна або борошна вищого гатунку • Пластівці з пшеничного борошна або борошна вищого гатунку, наприклад Cream of Wheat®, Rice Chex™ і Rice Krispies®)	**Продукти, вживання яких слід обмежити** Продукти з високим вмістом клітковини, наприклад цілозернові продукти (цілозерновий пшеничний хліб, бурий рис, пластівці з висівками, кіноа й гречана крупа)

Овочі	
Продукти, які рекомендується включити до раціону Продукти з низьким вмістом клітковини, наприклад: • Повністю приготовані овочі без шкірки або насіння (наприклад очищена картопля, цукіні без шкірки й насіння, очищені помідори без насіння) • Салат-латук • Проціджений овочевий сік	**Продукти, вживання яких слід обмежити** • Продукти з високим вмістом клітковини, наприклад свіжі овочі (за винятком салату-латуку) **Продукти, вживання яких слід виключити** • Продукти, які можуть спричинити обструкцію ілеостоми, наприклад кукурудза

У деяких випадках певні овочі можуть спричинити газоутворення чи неприємний запах. Якщо певний овоч викликає газоутворення чи неприємний запах, не вживайте його. Для отримання додаткової інформації перегляньте розділ «Рекомендації щодо усунення поширених проблем».

Фрукти

Продукти, які рекомендується включити до раціону	**Продукти, вживання яких слід обмежити**

Продукти з низьким вмістом клітковини, наприклад:
• Фруктовий сік без м'якоті (за винятком сливового й виноградного)
• Приготовлені очищені фрукти (наприклад приготоване очищене яблуко)
• Консервовані фрукти (за винятком ананаса)
• Фрукти з товстою шкіркою, наприклад:
  ◦ М'які баштанні, наприклад кавун і мускатна диня
  ◦ Апельсин без кісточок і оболонки (тонкої прозорої або білої плівки навколо кожної часточки)
  ◦ Стиглі банани*
	Продукти з високим вмістом клітковини, наприклад:
	• Свіжі фрукти
	• Сливовий сік
	• Виноградний сік
	Продукти, вживання яких слід виключити
	Протягом перших 3–4 тижнів після операції не вживайте свіжі фрукти зі шкіркою, наприклад:
	• Яблука
	• Полуниця
	• Чорниця
	• Виноград
	Ці фрукти можуть спричинити обструкцію ілеостоми.

* Протягом перших 3-4 тижнів після операції їжте не більше 1 невеликого стиглого банана на день. Вживання дуже великої кількості бананів може спричинити обструкцію ілеостоми. Для отримання додаткової інформації ознайомтеся з розділом «Профілактика обструкції ілеостоми».

Жири

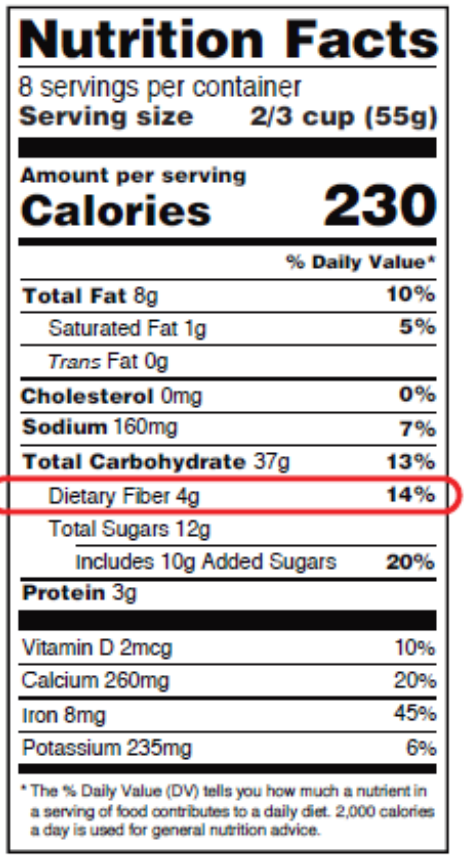
Продукти, які рекомендується включити до раціону	**Продукти, вживання яких слід обмежити**
• Продукти, приготовлені з невеликою кількістю жиру, наприклад оливкової або ріпакової олії	• Продукти з високим вмістом жиру, наприклад, смажена їжа

Якщо вживаєте жири, починайте з невеликої кількості. Жири можуть спричинити дискомфорт.

Напої	
Напої, які рекомендується включити до раціону • Вода • Кава або чай без кофеїну • Негазовані напої • Спортивні напої (наприклад Gatorade® і Powerade®) • Регідратаційні напої (наприклад Pedialyte® або домашній регідратаційний напій)	**Напої, вживання яких слід обмежити** • Газовані напої (наприклад солодка газована вода), оскільки вони можуть спричинити газоутворення • Спиртні напої (наприклад пиво й вино)

Розшифровка етикеток із зазначенням харчової цінності

Інформація про вміст клітковини у продуктах наводиться на етикетці, у таблиці харчової цінності (див. рисунок 1). Таблиця харчової цінності допоможе вам порівнювати інформацію про харчову цінність різних продуктів.



Nutrition Facts

8 servings per container

Serving size **2/3 cup (55g)**

Amount per serving

Calories **230**

	% Daily Value*
Total Fat 8g	**10%**
Saturated Fat 1g	**5%**
Trans Fat 0g	
Cholesterol 0mg	**0%**
Sodium 160mg	**7%**
Total Carbohydrate 37g	**13%**
Dietary Fiber 4g	**14%**
Total Sugars 12g	
Includes 10g Added Sugars	**20%**
Protein 3g	
Vitamin D 2mcg	10%
Calcium 260mg	20%
Iron 8mg	45%
Potassium 235mg	6%

* The % Daily Value (DV) tells you how much a nutrient in a serving of food contributes to a daily diet. 2,000 calories a day is used for general nutrition advice.

Рисунок 1. Інформація про вміст клітковини на етикетці із зазначенням харчової цінності

Розширення раціону

Після операції у вас може з’явитися непереносність продуктів, які не викликали проблем до операції. За наявності непереносності споживання певного виду харчових продуктів викликає неприємні симптоми, такі як діарея, здуття живота, газоутворення або поява неприємного запаху. У деяких випадках непереносність продуктів проходить із загоєнням товстої кишки.

Коли ви додаєте продукти до свого раціону, рекомендується вводити їх по одному за раз. Якщо певний продукт викликає неприємні симптоми, не вживайте його протягом кількох тижнів. Після цього знову спробуйте його. Усі люди по-різному реагують на продукти. З часом ви дізнаєтеся, які продукти не слід вживати, якщо такі будуть.

Для отримання додаткової інформації перегляньте розділ «Рекомендації щодо усунення поширених проблем».

Продукти з високим вмістом клітковини

Ваш перший прийом для подальшого спостереження відбудеться приблизно через 2 тижні після операції. У ході першого прийому лікар скаже вам, чи можна почати вводити у свій раціон продукти з високим вмістом клітковини. Завдяки цьому об'єм ваших калових мас збільшиться (вони стануть більш щільними).

Якщо ви почали вводити у свій раціон продукти з високим вмістом клітковини, робіть це поступово. Додавайте такі продукти до вашого раціону по одному. Також обов'язково пийте достатню кількість рідини. Намагайтеся випивати 8–10 склянок (об'ємом 8 унцій або 240 мл) рідини (близько 2 літрів) щодня.

Профілактика зневоднення

За наявності ілеостоми ви втрачаєте набагато більше солей, калію і води, ніж зазвичай. Це може призвести до зневоднення.

Щодня ведіть облік споживання рідини (об'єму рідини, яку ви п'єте). Вам також необхідно відстежувати виділення зі стоми (об'єм рідини, що виділяється зі стоми). Записуйте споживання рідини й об'єм виділень зі стоми. Можете використовувати таблицю, наведену у матеріалі *Журнал споживання рідини й виділень зі стоми* (www.mskcc.org/uk/cancer-care/patient-education/liquid-intake-and-ostomy-output-log-01). Перед випискою з лікарні медсестра/медбрат дасть вам мірний контейнер.

Зателефонуйте своєму лікарю, якщо об'єм виділень становить більш як 1000 мілілітрів (близько 34 унцій) на день або вони рідкі. Вам можуть порекомендувати добавку з клітковиною або ліки.

Ознаки зневоднення

Зневоднення, що триває менш як 24 години, може призвести до розвитку ниркової недостатності.Ниркова недостатність виникає тоді, коли нирки не

справляються зі своєю звичайною роботою.



Якщо у вас з'явилися будь-які з цих ознак зневоднення, негайно зателефонуйте лікарю. До 9:00 або після 17:00, у вихідні або святкові дні зателефонуйте за номером 212-639-2000. Запитайте чергового лікаря, який працює замість вашого лікаря.

- Запаморочення
- Сеча темно-бурштинового кольору
- Головний біль
- М'язові судоми
- Сухість у роті або потріскані губи
- Більш рідке, ніж зазвичай, сечовипускання
- Сильніша, ніж зазвичай, спрага
- Прискорене (незвичайно швидке, сильне або неритмічне) серцебиття
- Втрата апетиту (відсутність почуття голоду)
- Випорожнення мішка частіше, ніж зазвичай (наприклад щогодини)

Рекомендації щодо профілактики зневоднення

Щоб не допустити зневоднення, дотримуйтесь цих рекомендацій.

- Намагайтеся випивати 8–10 склянок (об'ємом 8 унцій або 240 мл) рідини (близько 2 літрів) щодня.
  - Не пийте більш як 4 унції (½ склянки або 120 мл) рідини під час їжі. Нічого не пийте за 1 годину до і протягом 1 години після їжі. Це допоможе ущільнити калові маси.
  - Важливо продовжувати пити багато рідини, навіть якщо калові маси рідкі. Від вживання меншої кількості рідини калові маси не стануть більш щільними, але це може призвести до зневоднення.
- Пийте спортивні напої (наприклад Gatorade або Powerade) і розчин для пероральної регідратації (наприклад Pedialyte). Ці напої допоможуть

швидко відновити втрачену рідину, особливо за великого обсягу виділень зі стоми. Об'єм виділень вважається більшим, якщо він становить понад 1000 мілілітрів (близько 34 унцій) на день. Якщо у вас немає таких напоїв, ви можете зробити їх самостійно з наступних інгредієнтів:

  - 4 склянки (32 унції, що становить приблизно 1 літр) води;
  - 1 склянка (8 унцій або 240 мл) апельсинового соку;
  - 8 чайних ложок (40 мілілітрів) цукру;
  - 1 чайна ложка (4 мл) солі.

  Покладіть усі інгредієнти в посудину з кришкою. Ретельно струсіть, щоб цукор і сіль розчинилися.

- Обмежте вживання наведених нижче продуктів і напоїв або утримайтеся від їх вживання. Вони можуть спричинити діарею або рідке випорожнення, що підвищує ймовірність зневоднення.
  - Обмежте вживання рідин з кофеїном (таких як чай і кава з кофеїном) і рідин з високим вмістом жиру (таких як звичайне молоко) до 1 склянки (8 унцій або 240 мл) на день.
    - Якщо ви п'єте каву, обирайте темне обсмажування, а не світле. Кава темного обсмажування зазвичай містить менше кофеїну, ніж кава світлого обсмажування, тому що частина кофеїну втрачається в процесі обсмажування.
  - Обмежте кількість спиртних напоїв, що вживаються, протягом перших 3 тижнів після операції. Алкоголь може призводити до більшої втрати рідини. Щоб отримати додаткову інформацію, проконсультуйтеся зі своїм медичним працівником.
  - Не вживайте напої з цукром, такі як соки й газовані напої. Якщо ви хочете пити сік, візьміть 100% фруктовий сік і розбавте його (змішайте з водою), щоб зменшити кількість цукру. Для цього змішайте 1 частину води з 1 частиною соку (наприклад, змішайте 4 унції (120 мл) води й 4 унції (120 мл) соку).

    - Не вживайте штучні підсолоджувачі, такі як сорбіт, маніт і ксиліт. Штучні підсолоджувачі часто входять до складу напоїв без цукру, карамелі, жувальної гумки і льодяників від кашлю.
- Вживайте продукти, які містять електроліти. Електроліти, наприклад натрій і калій, можуть запобігти зневодненню. У таблиці нижче наведено приклади продуктів з високим вмістом натрію й калію.

Продукти з високим вмістом натрію	Продукти з високим вмістом калію
◦ Бульон ◦ Пахта ◦ Сир ◦ Приготовлені або оброблені у промислових умовах фасовані продукти (наприклад обіди з напівфабрикатів) ◦ Консервовані супи-пюре (супи однорідної текстури, які легко ковтати) ◦ Солоні кренделі ◦ Солоні крекери ◦ Соєвий соус ◦ Поварена сіль ◦ Томатний сік	◦ Банани ▪ Протягом перших 3–4 тижнів після операції їжте не більше 1 невеликого стиглого банана на день. Вживання більшої кількості може спричинити обструкцію ілеостоми. ◦ Броколі ◦ Кокосова вода ◦ Курка, риба й телятина ◦ Апельсиновий сік без м'якоті ◦ Апельсини без кісточок і оболонки (тонкої прозорої або білої плівки навколо кожної часточки) ◦ Картопля без шкірки ◦ Соєве молоко ◦ Томатний або овочевий суп ◦ Індичка ◦ Йогурт

Профілактика обструкції ілеостоми

Обструкція ілеостоми (також відома як кишкова непрохідність) виникає у тому випадку, коли кишківник частково або повністю заблокований. Причиною цього може бути їжа, рубцева тканина або перекручування кишківника. При обструкції ілеостоми їжа, рідини й гази не можуть нормально проходити через кишківник.



Якщо гази або калові маси не виходять зі стоми протягом 6 годин і у вас спостерігаються спазми, біль, нудота (відчуття близького блювання) або всі 3 симптоми одночасно, негайно зателефонуйте своєму лікарю. Ці симптоми є ознаками обструкції ілеостоми.

Рекомендації щодо профілактики обструкції ілеостоми

Дотримуйтесь цих рекомендацій, щоб уникнути обструкції ілеостоми.

- У разі виникнення спазмів, болю або нудоти скористайтеся цими порадами. Це допоможе їжі й газам просуватися через кишківник. Зателефонуйте своєму лікарю, якщо у вас не виходять гази або не випорожнюється кишківник протягом 6 годин.
  - Прийміть теплу ванну, щоб розслабилися м'язи черевної стінки (живота).
  - Змінюйте положення, наприклад, підтягніть коліна до грудей, перебуваючи в положенні лежачи.
  - **Не приймайте проносне (ліки, які допомагають випорожнити кишківник).** Це може погіршити проблему. Проконсультуйтеся зі своїм лікарем, перш ніж приймати будь-які ліки.
- Не вживайте такі продукти. Вони можуть спричинити обструкцію ілеостоми.

Продукти, які можуть спричинити обструкцію ілеостоми	
○ Яблука зі шкіркою ○ Паростки квасолі ○ Білокачанна капуста (сира) ○ Селера ○ Китайські овочі ○ Кукурудза ○ Огірки ○ Сухофрукти ○ Виноград ○ Зелений перець	○ Гриби ○ Горіхи й насіння ○ Горошок ○ Попкорн ○ Овочеві соуси й оливки ○ Салатна зелень ○ Шпинат ○ Шкірка овочів і фруктів ○ Цільні злаки

Рекомендації щодо усунення поширених проблем

У цьому розділі наведено рекомендації щодо зміни раціону для усунення поширених проблем. Вам не потрібно їх дотримуватися, якщо у вас немає зазначених проблем.

Якщо певні продукти викликали дискомфорт перед операцією, вони викликатимуть дискомфорт і після операції.

Діарея

Діарея — це рідкі калові маси, частіше, ніж зазвичай, спорожнення кишківника або поєднання цих двох симптомів. Причиною діареї можуть бути:

- певні продукти;
- пропуск прийому їжі;
- харчове отруєння;
- інфекція кишківника;
- антибіотики (ліки для лікування інфекцій) та інші рецептурні ліки;
- обструкція кишківника.

Якщо у вас діарея, дотримуйтесь рекомендацій, наведених нижче.

- Зателефонуйте своєму лікарю. Вам можуть дати ліки, щоб полегшити ваш стан.
- Пийте 8–10 склянок (об’ємом 8 унцій або 240 мл) рідини (близько 2 літрів) протягом дня. Якщо можете, пийте спортивні напої (наприклад Gatorade або Powerade) і розчин для пероральної регідратації (наприклад Pedialyte).
- Не вживайте наведені нижче продукти й напої. Вони можуть спричинити діарею.

Продукти, які можуть спричинити діарею	
○ Спиртні напої (наприклад пиво й вино) ○ Висівки ○ Броколі ○ Брюссельська капуста ○ Білокачанна капуста ○ Напої з кофеїном, особливо гарячі ○ Шоколад ○ Кукурудза ○ Продукти, що містять штучні підсолоджувачі (такі як маніт, сорбіт і ксиліт) ○ Смажене м'ясо, риба й птиця ○ Фруктовий сік (наприклад сливовий, яблучний, виноградний і апельсиновий) ○ Зелені листові овочі ○ Продукти з високим вмістом жиру	○ Продукти з високим вмістом цукру ○ Бобові (наприклад приготовлена або сушена квасоля) ○ Лакричник ○ Молоко й молочні продукти з лактозою, якщо у вас непереносність лактози ○ Горіхи й насіння ○ Горошок ○ Гостра їжа ○ Кісточкові фрукти (наприклад абрикоси, персики, сливи й чорнослив) ○ Консервовані фрукти або сухофрукти без цукру ○ Помідори ○ Листя ріпи ○ Цільні злаки (наприклад пшеничний хліб із цілозернового борошна)

- Їжте більше продуктів із наведеного нижче списку. Завдяки їм калові маси можуть стати більш щільними.

Продукти, завдяки яким калові маси можуть стати більш щільними	
• Яблучне пюре • Банани • Перлова крупа* • Відварений шліфований рис • Сир • Кремоподібні горіхові олії (наприклад арахісова олія) • Пастила • Вівсяна крупа*	• Макаронні вироби • Картопля без шкірки • Кренделики • Солоні крекери • Тапіока • Білий хліб • Йогурт

* Це цілозернові продукти. Ви можете вживати їх при діареї, тому що завдяки їм калові маси можуть стати більш щільними.

Запор

Запор — це випорожнення кишківника рідше 3 разів на тиждень, тверде випорожнення, утруднене випорожнення кишківника або всі 3 ознаки. Причиною запору можуть бути:

- певні знеболюючі ліки;
- певні ліки від нудоти;
- вживання недостатньої кількості клітковини;
- відсутність достатнього фізичного навантаження;
- недостатнє вживання рідини.

Якщо у вас запор, дотримуйтесь рекомендацій, наведених нижче.

- Зателефонуйте своєму лікарю. Вам можуть дати ліки, щоб полегшити ваш стан.
- Пийте гарячу воду з лимоном чи лимонним соком, каву чи сливовий сік.
- За можливості виконуйте легкі вправи (наприклад, займайтеся ходьбою).
- Запитайте свого лікаря, чи допоможе вам вживання продуктів з високим вмістом клітковини або прийом добавок з клітковиною.

Газоутворення і запах

Протягом перших кількох тижнів після операції в стомному мішку накопичуватимуться гази, а при його відкриванні з'являтиметься неприємний запах; це поширене явище. Якщо ви перенесли операцію із застосуванням роботизованих систем, у вас може утворюватися більше газів.

У разі виникнення проблем із газоутворенням і появою запаху повідомте про це медсестру/медбрата-стоматерапевта. Ви також можете дотримуватися рекомендацій, наведених нижче.

- Уникайте наступних дій, тому що вони можуть спричинити

газоутворення:

- Жування жувальної гумки
- Вживання напоїв через соломинку
- Куріння чи жування тютюну
- Занадто швидкий прийом їжі
- Пропуск прийому їжі

- Запитайте у свого медичного працівника, чи можна вам приймати перед їжею безрецептурні препарати (наприклад Beano® або simethicone), щоб запобігти газоутворенню.
- Їжте менше продуктів із наведеного нижче переліку, тому що вони можуть спричинити газоутворення і/або неприємний запах.

Продукти, які можуть спричинити газоутворення і/або неприємний запах.	
○ Спаржа ○ Спиртні напої, особливо пиво ○ Броколі ○ Брюссельська капуста ○ Білокачанна капуста ○ Газовані напої (наприклад солодка газована вода) ○ Цвітна капуста ○ Кукурудза ○ Сушена квасоля й горох ○ Яйця	○ Риба ○ Часник ○ Виноград ○ Цибуля-порей ○ Молоко й молочні продукти з лактозою, якщо у вас непереносність лактози ○ Цибуля ○ Арахіс ○ Чорнослив

- Їжте більше продуктів із наведеного нижче списку, тому що вони можуть запобігти газоутворенню і/або неприємному запаху.

Продукти, які можуть запобігти газоутворенню і/або неприємному запаху.	
○ Пахта ○ Сік журавлини ○ Кефір	○ Петрушка ○ Йогурт

Коли слід звертатися до свого медичного працівника

Зателефонуйте медичному працівнику, якщо у вас виникло будь-що із наведеного нижче:

- ознаки зневоднення;
- гази або калові маси не виходять зі стоми протягом 6 годин, а також з'явилися спазми, біль, нудота або всі три симптоми одночасно;
- діарея і температура 100,4 °F (38 °C) або вище;
- діарея і блювота;
- діарея, яка не припиняється понад 24 години;
- діарея, виділення з неприємним запахом або посилене виділення рідини зі стоми.

Якщо у вас виникли питання щодо раціону, зателефонуйте за номером 212-639-7312, щоб проконсультуватися з лікарем-дієтологом амбулаторного відділення. Ви можете зв'язатися зі співробітником відділення з понеділка по п'ятницю з 9:00 до 17:00.

Додаткову інформацію див. у нашій віртуальній бібліотеці за посиланням www.mskcc.org/pe.

Diet Guidelines for People With an Ileostomy - Last updated on January 11, 2022
Усі права збережені та належать Memorial Sloan Kettering Cancer Center