

Что можно есть при пищевом отравлении

Добавил(а) Administrator

30.05.12 22:35 - Последнее обновление 20.08.12 15:04

В первое время нельзя есть ничего – только обильное питье(не газированное). К нормальному приему пищи можно приступать только после восстановления работы тонкого и толстого кишечника и слизистой оболочки желудка. Независимо от состояния, в первые сутки с едой лучше повременить.

На вторые можно есть блюда специального приготовления. Это – жидкие каши и пюре, кисель, белые сухари, мясные бульоны низкой концентрации, отвары рисовые, протертые слизистые супы (но если присутствует изжога, картофельного пюре избегают).

На третьи-четвертые сутки можно употреблять уже блюда из мяса, приготовленные на пару (пудинги и тефтели), вареную рыбу.

На четвертые-пятые – допускается съесть немного отварной курятины без кожи(!), а пюре и кашу делать немного гуще. В любом случае не стоит спешить переходить на стандартное питание – это поможет уберечься от возникновения хронических воспалительных процессов.