

Litiaza biliară

- **Prezența calculilor la nivelul colecistului**
- **Clasificare după dimensiuni:**
 - **< 3 mm: microlitiază**
 - **Calculii mici între 3-5 mm → dilatarea cisticului → riscul inclavării lor**
 - **Calculii mijlocii 15-20 mm: se inclavează infundibular → hidrocolecist**
 - **Calculii mari > 20 mm → colecistite acute, fistule biliare interne**

- **După compoziție:**
 - **Calculi de colesterină- culoare galbenă**
 - **Calculi pigmentari mici și negri, ca un arici de mare**
 - **Calculi micști: amestecul colestherinei cu bilirubina, culoare maronie.**
 - **Calculi de bilirubinat de calciu, culoare albă-sidefie**

Tablou clinic

- Colica biliară:
 - durere intensă în hipocondrul drept,
 - Iradiere interscapulo-vertebral dreapta sau în loja lombară dreaptă
- Grețuri, vărsături- după un prânz bogat în lipide
- Anxietate, poziții antalgice
- Semnul Murphy prezent

Dieta

- **Aport caloric în funcție de statusul ponderal**
- **Aport lipidic**
 - Diminuat în fazele acute
 - Apoi se crește în funcție de toleranța individuală
- **Evitarea alimentelor care produc flatulență**

Alimente recomandate

- **Produse de panificație**
 - **Pâine**
 - Albă/intermediară,
 - Prăjită
 - **Griș**
 - **Orez**
 - **Tăiței**
- **Lapte și derivate**
 - **Lapte slab**
 - **Iaurt**
 - **Brânză de vaci**
 - **Urdă**
 - **Telemea desărată**
 - **Brânzeturi nefermentate**

- **Carne și derivate**
 - Carne slabă. de pasăre – fără piele
 - Vită
 - Pui
 - Curcan
 - Pește
 - Șuncă slabă

- **Preparare**
 - Fierbere
 - Înăbușire

- **Grăsimi**
 - Unt – 20 g/zi
 - Ulei – 30 ml/zi
- **Ouă**
 - Albuș de ou preparat
 - Ou fiert moale

- **Legume**

- Cu celuloză fină
- Fierțe
- Piure
- Coapte

- **Fructe**

- Coapte
- Compoturi
- ± Crude

- **Lichide**

- Ceaiuri de plante
 - Mușețel
 - Sunătoare
 - Tei
 - Rozmarin
- Sucuri de fructe/legume
- Limonadă

Mod de preparare

- Preparare cât mai simplă
- Adaos minim de ulei
 - Fierbere
 - Înăbușire
 - Coacere
- Mese mici, mai frecvente: 5-6/zi
- Evitarea alimentelor
 - Foarte reci
 - Foarte fierbinți

- **Cure de ape minerale**
 - **Olănești**
 - **Slănic Moldova**
 - **Căciulata**
 - **Borsec**

Alimente de evitat

- **Cele cu conținut crescut de lipide**
 - **Carne grasă**
 - Gâscă
 - Rață
 - Pește
 - Porc
 - Oaie
 - Vânat
 - **Carne afumată**
 - **Icre**
 - **Fructe de mare**
 - **Conserve în grăsime**
 - Carne
 - Pește
 - **Brânzeturi grase**
 - **Smântână**
 - **Ouă**
 - În cantitate mare
 - Fierse tari, prăjite
 - **Slănină, untură**
 - **Grăsimi prăjite**

- **Panificație**

- Pâine neagră
- Pâine foarte proaspătă
- Făinoase nedecorticate

- **Patiserie**

- Aluat dospit
- Prăjituri
 - cu cremă de unt și ouă
 - cu nuci / alune
 - cu cacao / ciocolată
- Creme de ouă
- înghețată

- **Legume cu celuloză dură**

- Leguminoase uscate
- Gulii
- Ridichi
- Castraveți
- Varză
- Ceapă
- Usturoi

- **Fructe**

- Cu mulți sâmburi
- Oleagnioase
 - Alune
 - Nuci
 - Migdale

- **Condimente iritante**

- Exces de sare
- Piper
- Boia iute
- Hrean
- Ceapă
- Usturoi
- Muștar

- **Lichide**

- Alcool
- Cafea
- Băuturi
carbogazoase

- **Altele**

- Supe grase
- Rântaș
- Sosuri grase
- Maioneză

Exercițiu practic

Alcătuți dieta, pentru o zi, unei paciente în vârstă de 52 ani, de sex feminin, cu litiază biliară.

$\hat{I} = 162$ cm

$G = 65$ kg

-activitate fizică ușoară (inginer)

Vă mulțumesc!