

Zalecenia dla pacjentki po punkcji jajników i transferze zarodków do jamy macicy**OBJAWY NA KTÓRE NALEŻY ZWRÓCIĆ UWAGĘ PO PUNKCJI I TRANSFERZE:**

- Ogólne osłabienie
- Ból podbrzusza
- Mniejsza ilość oddawanego moczu
- Trudności w oddychaniu
- Powiększenie obwodu brzucha
- Dolegliwości ze strony żołądka

W wybranych sytuacjach lekarz może zlecić obserwację w kierunku wystąpienia wodobrzusza w sytuacjach zagrożonych zespołem hyperstymulacji, tj :

- Zwiększenie obwodu brzucha o 2 cm
- Zwiększenie wagi o 1 kg

Zalecamy pomiary wagi i obwodu brzucha po porannej wizycie w toalecie, na czczo. Obwód brzucha należy mierzyć w tym samym miejscu – najlepiej zaznaczyć kreski do pomiaru obwodu brzucha na skórze brzucha – trzy kreski – dwie po bokach i jedna w linii środkowej ciała.

W przypadku pojawienia się któregośkolwiek z tych objawów, lub kilku z nich należy bezzwłocznie skontaktować się z lekarzem prowadzącym (dr Krzysztof Hadaś tel. 501 39 28 37), bądź zgłosić się do Izby Przyjęć szpitala na ulicy Polnej – wejście od ulicy Jackowskiego lub najbliższego szpitala miejsca zamieszkania. Należy poinformować lekarza dyżurnego o tym, że jest Pani po punkcji jajników w cyklu IVF czy po transferze zarodków.

W razie ewentualnej hospitalizacji wskazane jest zabrać ze sobą koszulę, szlafrok, kapcie, przybory higieniczne, butelkę wody mineralnej niegazowanej-.

ZALECANA DIETA BOGATOBIAŁKOWA:

- w każdym posiłku proszę zjeść białko zwierzęce
- 3 posiłki podstawowe i 2-3 przekąski wysokobiałkowe: gotowane mięso drobiowe, jajo, nabiał, wędliny drobiowe
- Dwa jajka codziennie
- dobową ilość wypitego płynu minimum 3 litry (woda niegazowana, herbata, kawa, sok wielowarzywny, sok pomidorowy)

Produkty dozwolone w diecie bogatobiałkowej:

- mleko i przetwory mleczne (o małej zawartości tłuszczu- kefir, jogurt, twaróg, łagodne sery żółte)
- jaja na miękko lub w przetworach

Zalecenia dla pacjentki po punkcji jajników i transferze zarodków do jamy macicy

- chude mięsa (wędliny drobiowe, chuda cielęcina, wieprzowina, wołowina, królik, chude kurczaki, indyki, chuda szynka, polędwica, ryby)
- ryż, płatki owsiane
- kasze pszenne, jęczmienne, drobno- lub średnioziarniste
- makarony drobne
- pieczywo pszenne, niewielkie ilości pieczywa razowego
- masło, śmietana
- oleje roślinne, oliwa z oliwek
- zupy mleczne, owocowe, na słabych wywarach, z warzywami, makaronem, lanym ciastem ryżem kaszą
- warzywa gotowane, przetarte (ziemniaki, marchew, buraki, pietruszka, pomidory bez skórki)
- niewielkie ilości surówek, sałata
- owoce dojrzałe bez skórki: jabłka, morele, banany, melony, pomarańcze, grejpfruty, owoce jagodowe, winogrona
- soki owocowe i warzywne, dżemy
- kisiele, galaretki owocowe, budynie
- biszkopty, herbatniki
- herbata, napary z ziół – szczególnie pokrzywa i pietruszka, niegazowane wody mineralne, łagodne przyprawy do potraw: cynamon, cytryna, cukier, miód

Produkty zabronione w diecie bogatobiałkowej

- pieczywo świeże żytnie, razowe
- mąka ziemniaczana i kukurydziana
- tłuste i ostre sery żółte, masło solone
- tłuste mięsa, podroby i dziczyzna
- duże ilości żółtek, paszteciki, grzanki, pizza
- tłusty drób -
- tłuste wędliny, konserwy i wyroby wędliniarskie
- warzywa wzdymające, ostre lub zawierające dużo błonnika: kapusta, rzodkiew, rzodkiewka, brukselka, cebula, czosnek, jarmuż, seler, groch, fasola sucha i szparagowa, agrest, grzyby, ananasy, czereśnie, wiśnie, śliwki, gruszki, porzeczki, figi, truskawki
- czekolada i wyroby czekoladowe, torty, bita śmietana,
- napoje alkoholowe
- ostre przyprawy
- kakao



Eneida sp. z o.o.
ul. Szamotulska 12/1 60-366 Poznań
Tel. 61-843-50-20, 692 414 514
Regon 386305016-00016
Nr ks. rej.000000235802
NIP 7792516319

Ważne od 03.08.2021

Wydanie 1

Strona 3 z 3

Zalecenia dla pacjentki po punkcji jajników i transferze zarodków do jamy macicy

- zupy na tłustych wywarach z zabronionych warzyw i tłuste sosy zaprawiane zasmażkami
- tłuste smażone lub duszone potrawy z mąki, mięsne i półmięsne, smażone i pieczone potrawy z drobiu, smażone ryby i warzywa

dr Krzysztof Hadaś tel. 501 39 28 37