

Хранене за здраве

Хранене след операция от язва и при инсулинонезависим диабет

С какво не трябва да се храня като сам опериран от язва на дванадесетопръстника и наскоро открит инсулинонезависим диабет, наднормено тегло нямам, с кръвното сам добре.

Отговор

След операцията на язвата на дванадесетопръстника и медикаментозното лечение за да се елиминира бактерията, която го предизвиква трябва да спазвате няколко съвета за хранене за да предотвратите евентуални рецидиви:

- Спрете цигарите /ако пушите/
- Избягвайте алкохола
- Не приемайте токсични за лигавиците медикаменти като противовъзпалителни и аспирин. ♦
- Избягвайте колбаси, пушени меса, барбекю
- Опитайте се да се преборите със стреса с приятна, редовна физическа активност, йога, медитация...

Що се отнася до диабета, ♦информацията в следния наш материал допълва съветите за ♦хранене след претърпяна операция от язва. ♦