

Nama : TB :Cm
 Umur : BB :Kg
 IMT (Indeks Masa Tubuh) :
 Kebutuhan Gizi Sehari
 Kalori : Kkal Lemak : gram
 Protein : gram Karbohidrat : gram

PEMBAGIAN MAKANAN SEHARI

Pagi jam 06.00 – 08.00

	Berat(gr)	* URT
Nasi/pengganti		
Hewani/nabati		
Sayuran		
Minyak		
Gula pasir		

Selingan Jam 10.00 :

Siang jam 12.00 – 13.00

	Berat(gr)	* URT
Nasi/pengganti		
Hewani		
Nabati		
Sayuran		
Buah		
Minyak		

Selingan Jam 16.00 :

Malam jam 18.00 – 19.00

	Berat(gr)	* URT
Nasi/pengganti		
Hewani		
Nabati		
Sayuran		
Buah		
Minyak		

Selingan Jam 21.00 :

*) Ukuran Rumah Tangga

LF/PKRS/KLI-DIA/002/2026

CONTOH MENU SEHARI

Pagi	Siang	Malam
- Nasi - Pepes Teri Basah - Tumis Tauge - Tahu	- Nasi - Ayam Panggang Bumbu Kalio - Telur Mata Sapi - Tempe Mendoan - Urapan - Jeruk	- Nasi - Ikan Bumbu Tauco - Perkedel - Tumis Kangkung - Pepaya
Selingan Jam 10.00	Selingan Jam 16.00	Selingan Jam 21.00
Puding	Kue Talam	- Roti Bakar - Sirup/Madu



RSU SEBENING KASIH
 Melayani dengan Sepenuh Hati

DIET PASIEN DIALISIS



Dialisis atau Cuci Darah adalah prosedur perawatan untuk menyaring limbah dan air dari darah, sama halnya seperti fungsi ginjal dalam tubuh. Sehingga prosedur ini bisa disebut sebagai pengganti ginjal yang sudah rusak.

APA ITU DIET DIALISIS ?



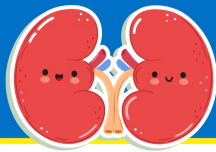
Diet dialisis adalah diet yang diberikan pada pasien penyakit ginjal kronik yang mendapat terapi pengganti hemodialisa.

PRINSIP DIET

- Konsumsi protein cukup, 50% protein hewani dan 50% protein nabati
- Batasi garam bila ada penimbunan cairan (edema) dan tekanan darah tinggi
- Konsumsi cairan disesuaikan dengan jumlah urine 24jam + 500ml (cairan yang keluar melalui keringat dan pernapasan)
- Kalium dibatasi terutama jika urin 24jam <400ml dan kalium darah tinggi

PENGATURAN DIET

- Hidangkan makanan dalam bentuk yang menarik
- Bilang ada edema (penimbunan cairan) atau tekanan darah tinggi perlu mengurangi garam dan menghindari bahan sumber natrium lainnya : ikan asin telur asi, makanan yang diawetkan, makanan kaleng, bumbu instan dan minuman bersoda.
- Makanan tinggi kalori tetapi rendah protein dapat diberikan sebagai penambah kalori, seperti : sirup, madu, permen. Namun, jangan diberikan dekat waktu makan karena dapat mengurangi nafsu makan
- Masakan lebih baik dibuat tidak berkuah, seperti ditumis, dipanggang atau dikukus
- Semua sayuran harus dimasak dan tidak dianjurkan dalam keadaan mentah
- Batasi kuah sayur yang berlebihan



TUJUAN DIET :

- Mencukupi kebutuhan zat gizi sesuai kebutuhan perorangan agar status gizi optimal.
- Menjaga keseimbangan cairan dan elektrolit
- Menjaga agar penumpukan produk sisa metabolisme protein tidak berlebihan
- Pasien mampu melakukan aktifitas normal sehari - hari

HAL-HAL YANG PERLU DIPERHATIKAN

- Makanlah secara teratur dengan porsi kecil tapi sering
- Untuk meningkatkan nafsu makan, diupayakan sesuai dengan makanan kesukaan
- Untuk membatasi jumlah cairan, masak lebih tidak dalam bentuk berkuah, dipanggang, dibakar, digoreng
- Bila ada penumpukan cairan, tekanan darah tinggi, perlu menghindari garam dan makanan banyak mengandung garam, minuman bersoda, minuman kemasan, telur asin, makanan yang diawetkan dan bumbu-bumbu instan

IGD 24 Jam
0852-1968-3631

Hubungi Kami

- 📍 Jl. Raya Tayu - Pati Km.3 No.99A, Pakis, Tayu, Pati, Jawa Tengah 59155
- ☎️ (0295) 4150645 / 0822-2665-6907
- 🌐 www.rsusebeningkasih.com
- 📷 [rsusebeningkasih](https://www.instagram.com/rsusebeningkasih)
- 📘 [RSU Sebening Kasih](https://www.facebook.com/RSUSebeningKasih)

PENGATURAN MAKANAN

BAHAN MAKANAN DIANJURKAN

- Bahan makanan sumber Hidrat Arang: Nasi, roti putih, mie, makaroni, spageti, sagu, lontong, bihun, jagung, makanan yang dibuat dari tepung-tepungan, gula, madu, sirup, jam, permen, dll.
- Bahan makanan sumber protein : Telur, ayam, daging, ikan, hati, susu skim, susu whole, es krim, yogurt, kerang cumi, udang, kepiting, lobster, sesuai anjuran.
- Buah-buahan : nanas, pepaya, jambu biji, sawo, pear, strawberry, apel, anggur, jeruk manis, dll.
- Sayur-sayuran : ketimun, terong, tauge, buncis, kangkung, kacang panjang, kol, kembang kol, selada, wortel, jamur, dll dalam jumlah sesuai anjuran

BAHAN MAKANAN YANG DIBATASI

- Bahan makanan tinggi kalium bila hiperkalemia : alpukat, pisang, belimbing, durian, nanas, kailan, daun singkong, paprika, bayam, daun pepaya, jantung pisang, kelapa, kacang tanah, kacang hijau, kacang kedelai, coklat, kentang, ubi singkong, pengganti garam yang menggunakan kalium.
- Air minum dan kuah sayur yang berlebihan

