



**SZPITAL POWIATOWY**

w Limanowej

**Imienia Miłosierdzia Bożego**

ul. J. Piłsudskiego 61, 34-600 Limanowa

www.szpitallimanowa.pl

e-mail: szpitallimanowa@szpitallimanowa.pl

## INFORMACJA DLA PACJENTA Z CLOSTRIDIOIDES DIFFICILE (CDI)

### 1. W domu chorego zalecane są następujące środki ostrożności:

- Przestrzeganie higieny rąk jest podstawą prewencji zakażeń CDI. Osoby opiekujące się pacjentem, włączając w to rodzinę i pracowników medycznych, jeśli pomagają choremu w trakcie wykonywania czynności higieny osobistej, powinni następnie dokładnie umyć ręce wodą z mydłem,
- Chory powinien dokładnie myć ręce wodą z mydłem po skorzystaniu z toalety, przed przygotowaniem posiłków i jedzeniem,
- Śmieci zanieczyszczone kałem powinny być usuwane w bezpieczny sposób (tj. worek na odpady powinien być szczelnie zamknięty),
- Osoby z CDI powinny być zachęcane do utrzymania higieny osobistej:
  - przedmioty osobiste, takie jak ręczniki i gąbki nie powinny być dzielone z innymi domownikami,
  - jeśli to możliwe osoby z CDI powinny unikać używania tej samej toalety, jak inni członkowie rodziny. Jeśli nie jest to możliwe, w przypadku występowania u pacjenta biegunki, łazienka powinna być umyta detergentem, a następnie zdezynfekowana dostępnymi środkami (np. Domestos) zgodnie z zaleceniami na opakowaniu. Szczególną uwagę należy zwrócić na miejsca często dotykane (np. krany umywalkę, spłuczkę, deskę klozetową),
- otoczenie chorego z CDI powinno być myte minimum jeden raz dziennie wodą z detergentem, zwracając szczególną uwagę na powierzchnie często dotykane (np. nocny stolik, poręczce). W przypadku zabrudzenia kałem powinno być następnie zdezynfekowane jak wyżej,
- pranie powinno być robione oddzielnie z rzeczami innych domowników w najwyższej temperaturze nadającej się do bielizny i odzieży,
- pranie zanieczyszczone kałem powinno być najpierw prane w pralce z użyciem wstępnego cyklu płukania zimną wodą, a następnie prane z użyciem płynu/proszku z detergentem i w najwyższej temperaturze przeznaczonej dla odzieży,
- Chory powinien unikać kontaktu z osobami przyjmującymi aktualnie antybiotyki

Opracowano na podstawie: Wytycznych postępowania w przypadku zakażenia *Clostridioides (Clostridium) difficile* – A. Mączyńska. [www.profilaktyka-zakazen.pl](http://www.profilaktyka-zakazen.pl)





### DIETA W ZAKAŻENIACH CLOSTRIDIUM DIFFICILE (CDI)

#### Zaleca się:

1. Regularne spożywanie posiłków.
2. Częste (4–6 dziennie) spożywanie posiłków małych objętościowo.
3. Dokładne żucie pokarmów.
4. Wypijanie odpowiedniej ilości płynów (ok. 2 litry/dobę, a w okresie nasilenia biegunek więcej) w celu zapobiegania odwodnieniu organizmu.
5. Zalecana dieta lekkostrawna, normoenergetyczna, normobiałkowa, z ograniczeniem węglowodanów prostych, laktozy, białek mleka krowiego, glutenu oraz błonnika nierozpuszczalnego (surowe warzywa, surowe owoce),
  - ograniczenie produktów zawierających cukry proste i dwucukry (cukier, słodczyce, ciasta, wysokosłodzone dżemy, syropy owocowe, surowe słodkie owoce, cytrusy),
  - ograniczenie produktów zawierających laktozę (mleko słodkie, mleko w proszku, mleko skondensowane) oraz fruktozę (słodkie owoce, sok jabłkowy, gruszkowy, winogronowy),
  - ograniczenie produktów i potraw zawierających gluten oraz błonnik nierozpuszczalny (np. otręby pszenne, pieczywo razowe, grube kasze, surowe owoce pestkowe – maliny, truskawki, agrest, porzeczki, śliwki, czereśnie),
  - ograniczenie produktów o działaniu pobudzającym perystaltykę (mocna kawa, mocna herbata, napoje gazowane, pikantne przyprawy, buraki, papryka, szpinak,
  - umiarkowane spożycie pokarmów wzdymających (nasion roślin strączkowych, kalafior, por, seler, orzechy, grzyby, suszone owoce (rodzynki, daktyle, figi),
  - ograniczenie tłuszczu zwierzęcych (smalec, słonina, boczek).

#### 6. Nie ograniczać spożycia potraw zawierających:

- tłuszcze łatwostrawne takie jak: masło roślinne, oliwa z oliwek, oleje roślinne tłoczone na zimno,
- ryż, kasza gryczana, kukurydziana, jagłana z owsa, owsianka bezglutenowa, mąka ziemniaczana, gryczana, kukurydziana, ryżowa, amarantus, makarony, kluski placki z tych mąk,
- gotowane warzywa i owoce zawierające pektyny; marchew, kalarepa, brokuły,
- do słodzenia można używać miód, stewię, xylitol,
- ryby i chude mięso (drób, cielęcina, wołowina, królik), chude wędliny (szynka gotowana, polędwica, wędliny drobiowe, galaretki mięsne i rybne,
- jaja (nie na twardo),
- w niedoborach białka można stosować odżywki wysokobiałkowe (np. Protifar) można stosować probiotyki zawierające *Saccharomyces boulardi*, *Lactobacillus rhamnosus*.

Opracowano na podstawie zaleceń Ośrodka Badań i Przeszczepiania Mikroflory Jelitowej. Warszawa, ul. Nugat 3- P. Grzesiowski