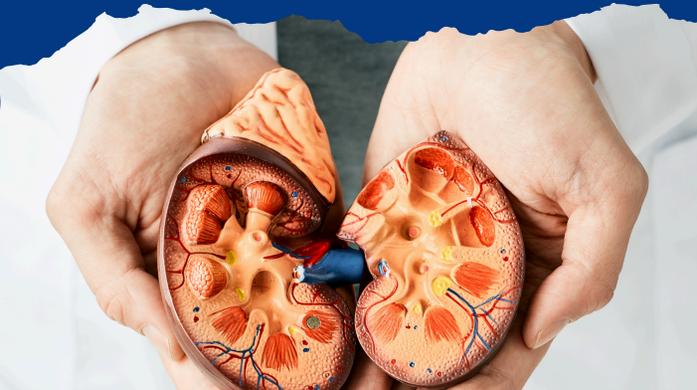




PENDAHULUAN

Sindrome Nephrotik merupakan penyakit ginjal dengan sekumpulan gejala yaitu:

- Proteinuria (adanya protein dalam urin).
- Hipoalbuminemia.
- Edema (bengkak-bengkak di tubuh).
- Hipercholesterolemia.



PEMBAGIAN MENU SEHARI

Kalori: (Kkal) Lemak: (gr)
 Protein: (gr) Karbohidrat: (gr)

Jam 06.00-08.00

Nasi pengganti:

Hewani/nabati:

Sayuran:

Minyak:

Gula Pasir:

Jam 10.00:

Jam 12.00-13.00

Nasi/pengganti:

Hewani:

Nabati:

Sayuran:

Buah:

Minyak:

Jam 16.00:

Jam 18.00-19.00

Nasi/pengganti:

Hewani:

Nabati:

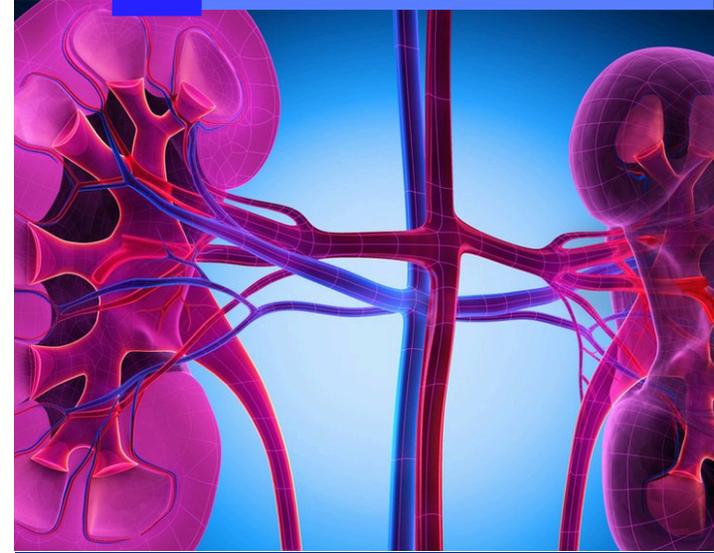
Sayuran:

Buah:

Minyak:



RSUD CENGKARENG



NEPHROTIK SINDROME



NAMA

ALAMAT

TANGGAL

BERAT BADAN

TINGGI BADAN

USIA



TUJUAN DIET

- Memberikan makanan secukupnya tanpa memperberat faal ginjal.
- Mengganti protein yang keluar bersama urine.
- Mencegah atau mengurangi retensi natrium/air.

PERBEDAAN DIET DENGAN MAKANAN BIASA

- Kalori diberikan sesuai dengan kebutuhan menurut umur dan berat badan.
- Protein diberikan sedang artinya sesuai kebutuhan normal menurut umur, ditambah protein yang hilang melalui urin.
- Membatasi garam dan sumber natrium untuk mengatasi adanya edema.
- Membatasi bahan makanan sumber apabila ada kolesterol hipercholesterolemia.

BAHAN MAKANAN SUMBER PROTEIN

Pilihlah bahan makanan sumber protein sesuai jumlah yang ditentukan. Makanan yang berasal dari hewani misalnya telur, ikan, ayam, susu, daging dll. Serta dari nabati kacang-kacangan dan hasil olahannya seperti tahu, tempe, oncom.

MAKANAN YANG MENGANDUNG BANYAK GARAM NATRIUM

Garam natrium terdapat secara alamiah dalam bahan makanan, terutama yang berasal dari hewani atau ditambah pada saat memasak atau mengolah, misalnya garam dapur, vetsin, soda kue, pengawet buah-buahan dan sendawa. Contoh makanan yang banyak mengandung natrium adalah makanan yang diawetkan dengan garam misalnya telur asin, keju, ebi, ikan asin, makanan dalam kaleng dan margarin.

MAKANAN YANG MENGANDUNG BANYAK CHOLESTEROL

Diberikan kepada pasien yang mengalami PeBahan makanan berasal dari hewan otak, ginjal, hati, jenis kerang (udang, kepiting dsb), kuning telur, limfa, susu penuh dan hasil-hasil susu (mentega, keju).nurunan Fungsi Ginjal yang menahun (Penyakit Ginjal kronik/ Menahun)

CARA PENGOLAHANNYA

Rasa tawar dapat diperbaiki dengan menggunakan bumbu-bumbu yang tidak mengandung natrium seperti bawang, brambang, jahe, kunir, salam, gula, cuka, dsb. Menggoreng, menumis atau memanggang juga dapat meniggikan rasa makanan.

