

## SI PRESENTA DIARREA O DOLOR ABDOMINAL

### CONSULTA DE ENFERMERÍA SERVICIO DE HEMATOLOGÍA

*Esta guía ha sido elaborada por el personal de Enfermería del Servicio de Hematología*

#### **Hospital Universitario “12 de Octubre”**

##### **Teléfonos de contacto:**

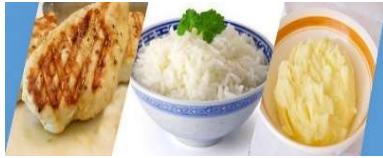
- ✓ **Consulta de Enfermería: 917792326**
- ✓ **Consulta de Enfermería pretransplante: 917792301**
- ✓ **Hospital de Día: 917792327**
- ✓ **Planta Hematología: 913908047**



**CENTRO DE ACTIVIDADES AMBULATORIAS  
PLANTA 3ª / BLOQUE D**

# SI

- ➔ Tome los alimentos a temperatura ambiente o templados
- ➔ Tome **raciones pequeñas de alimentos, muchas veces al día.**
- ➔ Tome **alimentos suaves:** yogur natural, arroz, pasta cocida, patata y zanahoria en puré, huevos cocidos, pescado cocido, filete de pollo cocido y sin piel, jamón cocido sin grasa, papilla de harina de arroz, plátano maduro en puré, manzana asada sin piel o en compota.



## ➔ Tome leche sin lactosa.

➔ Condimente la comida con sal en cantidades normales, pero use azúcar en pequeñas cantidades.

➔ Tome **líquidos abundantes (2-3 litros al día)**, pero en tomas pequeñas y frecuentes. Puede tomar:

- \* Agua.
- \* Caldo de cocer arroz, zanahoria y verduras condimentado con sal.
- \* Infusiones de manzanilla, poleo, tila.
- \* Agua de limón con azúcar (medio limón en 1 litro de agua) con un poco de bicarbonato y sal.
- \* Agua de té (1 bolsita en 1 litro de agua).



➔ Sólo podrá tomar medicamentos para la diarrea si su médico se los prescribe.

# NO

- ➔ No tome alimentos ni muy fríos ni muy calientes.
- ➔ No tome leche normal, ni quesos, sobre todo quesos grasos.
- ➔ No tome verduras, legumbres, ni frutas excepto las permitidas.
- ➔ No tome la piel de las frutas, pescados...
- ➔ No tome alimentos grasos, fritos, ni use grasa para cocinar.
- ➔ No tome ni café, ni té, ni chocolate.
- ➔ No tome bebidas con gas ni alcohólicas.



**\*Si ha presentado diarrea líquida y muy abundante:** tome sólo líquidos las primeras 12-24 horas.

**\*Si leche es el único alimento que le produce dolor y diarrea:** suprimala y tome preparados sin lactosa.

## Consulte con su médico / enfermera:

- ❖ Si la diarrea es superior a 5 deposiciones al día pastosas o líquidas y no cede en 24-48 horas con estas medidas.
- ❖ Si ha presentado diarrea líquida y muy abundante durante más de 24 horas.