



# Özel Ekol Hastanesi

## AŞIRI AKTİF MESANE HASTALIKLARI İÇİN DİYET ÖNERİLERİ FORMU



Doküman No	Yayın Tarihi	Revizyon No	Revizyon Tarihi	Sayfa No
HD.YD.49	19.12.2023	00	-	1 / 1

### AŞIRI AKTİF MESANE HASTALIKLARI İÇİN DİYET ÖNERİLERİ

FAYDALI OLABİLECEKLER	ZARARLI OLABİLECEKLER
Buğday, Pirinç, Kinoa, Yulaf, Kara Buğday, Kuskus, Darı, Badem, Kaju, Yer Fıstığı	Katkı Maddesi İçeren Ekmek, Pasta Ve Hamur İşleri, Fındık, Antep Fıstığı, Ceviz
Tavuk, Hindi, Dana Eti, Koyun Eti, Karides, Ton Balığı, Somon, Renksiz Ve Glütensiz Şarküteri Ürünleri	İşlem Görmüş Tuzlu, Baharatlı Et Ürünleri
Yaban Mersini, Muz, Kavun, Karpuz, Kuru Üzüm, Elma, Armut, Bal Kabağı	Greyfurt, Limon, Portakal, Ananas, Nektarin, Kiraz, Çilek, Ekşi Elma, Kızılcık, Siyah Üzüm, Kivi, Vişne
Papates, Tatlı Patates, Brokoli, Havuç, Biber, Kuşkonmaz, Karnabahar, Kereviz, Mantar, Bezelye, Turp, Kabak, Barbunya, Yer Elması, Fasulye, Brüksel Lahanası, Marul	Soğan, Acı Biber, Domates, Soya Fasulyesi, Turşu
Mozerella Peyniri, Beyaz Peynir, Dil Peyniri, Cheddar Peyniri, Ricotta Peyniri	Yoğurt, Süt, Baharatlı Peynirler, Çikolatalı Dondurma
Papatya, Nane, Diğer Bitki Çayları, Hindistan Cevizi Suyu, Yaban Mersini Ve Armut Suyu, Su	Alkol, Karbonatlı İçecekler (Soda), Çay, Asitli Meyve Suları (Greyfurt, Portakal, Domates, Kızılcık Suyu), Çikolatalı İçecekler, Kahve, Yeşil Çay, Süt
Sarımsak, Yumurta, Maydonoz, Biberiye, Tarhun Ve Kekik	Ketçap, Hardal, Soya Sosu, Sirke, Yaban Turbu, Sigara, Baharatlı Yiyecekler, Sakarin, Askorbik Asit, Aspartam, Monosodyum Glutamat, Gıda Koruyucuları Ve Renklendiriciler
<b>NOT:</b> Bu diyetle faydalı veya zararlı olabilecek besinler kişiye göre değişkenlik gösterebilir. Not kısmına sizin için faydalı yada zararlı olabilecek besinleri ayrıca not ediniz ve kendinize göre güncelleyiniz.	
<b>Size Özel Faydalı Besinler ve İçecekler</b> ..... ..... .....	<b>Size Özel Zararlı Besinler ve İçecekler</b> ..... ..... .....

C vitamini idrarı daha asidik hale getirir. Bundan dolayı idrar yollarınızda herhangi bir rahatsızlığınız var ise C vitamini tüketirken dikkat ediniz.