# Jatrosom® N

## Правила питания при назначении препарата Ятросом Н

Биогенные амины могут накапливаться в пищевых продуктах. Если во время лечения препаратом Ятросом Н биогенные амины поступают в организм с пищей в чрезмерном количестве, это может вызвать токсические явления в виде тошноты, головных болей,повышения кровяного давления, поэтому за 1 день до лечения, в течении и до 14 дней после завершения лечения препаратом Ятросом Н некоторые продукты запрещается употреблять, или же разрешается в ограниченном количестве.

Список продуктов, разрешенных, запрещенных и разрешенных для употребления в ограниченном количестве, приведен в нижеследующей таблице.

Все пищевые продукты следует употреблять как можно свежими, а приготовленные блюда есть в день приготовления.

Открытые пресервы или стерилизованные консервы, а также размороженные быстрозамороженные изделия следует употреблять сразу же. Начатые консервы следует хранить в холодильнике при температуре 4°C не более 48 часов до употребления.

Следует придерживаться следующих указаний:
Из продуктов, разрешенных в небольшом количестве, одновременно можно употреблять только один продукт.

esparma®
Qualität und Service

| | Разрешено | Разрешено в небольшом кол-ве | Запрещено |
|---|---|---|---|
| **Молоко и молочные продукты** | Свежее сырое молоко (4°С, срок пригодности 48 ч с фермы).<br><br>Питьевое молоко, пастеризованное (4°С, срок годности 48 ч с молокозавода; соответствует указанному на упаковке конечному сроку годности).<br><br>Стерилизованное молоко, молоко, пастеризованное при сверхвысокой температуре и полученные из его смешанные молочные изделия (фруктовое, ванильное,шоколадное молоко и т.п.).<br><br>Масло,сливки, сметана, пахта, конденсированные сливки, творог, молодой сыр в т.ч. с добавлением трав, овощей и т.п.<br><br>Плавленый сыр. | Полутвёрдый ломтевой сыр из пастеризованного молока (например, гауда, честер) по 1 ломтику весом 20 г<br><br>Йогурт, кефир и продукты на их основе 100 мл.<br><br>Ванильное и фруктовое мороженное по 1 шарику. | Рассольный твердый сыр (например, эмментальский, горный, пармезанский и подобные ломтевые и тертые сыры из сырого молока).<br><br>Сыр с благородной плесенью, например, рокфор, камемберт и подобные сорта.<br><br>Сыр с образованием слизи, например, лимбургский, сливочный сыр, сыр гарц, творожный сыр.<br><br>Шоколадное мороженное и мороженное с нугой. |
| **Мясо и мясопродукты** | Свежее мясо всех годных на убой домашних и диких млекопитающих животных, в т.ч. язык и сердце.<br><br>Свежее и замороженное мясо птицы и замороженные продукты.<br><br>Мясные консервы, мясо к завтраку, консервированная солонина, консервы мясные с соусом.<br><br>Мясные паштеты и запеченное мясо.<br><br>Бульоны, сухой бульон в гранулах.<br><br>Варенная колбаса всех сортов,например,венская, сардельки.<br><br>Варенная колбаса типа зельц, ливерная, кровяная колбаса, копченная присоленная свинина, солонина, соленный язык, ветчина и сало. | Свиная печенка не более 100 г.<br><br>Свежие копченые колбаски не более 100 г (еще мягкие!).<br><br>Чайная колбаса, итальянская копченная колбаса, нежная брауншвейгская колбаса до 50 г. | Говяжья и птичья печенка.<br><br>Почки всех убойных и диких животных.<br><br>Супы и бульоны из кубиков.<br><br>Готовые соусы промышленного приготовления.<br><br>Мясо старой дичи и с сильным запахом.<br><br>Сильно копченная салями и подобные сырокопченые колбасы, покрытые благородной плесенью. |
| **Рыба и рыбные продукты** | Свежая рыба **(хранимая во льду**!).<br><br>Замороженная рыба.<br><br>Рыбные палочки или филе, замороженные.<br><br>Рыба горячего копчения (копченная сельдь, копченная скумбрия, шпроты, палтус, морской окунь, треска и др.).<br><br>Свежие лангусты, устрицы и ракообразные.<br><br>Стерилизованные рыбные консервы из сардин и сельди (например, сардины в масле, сельдь в томате, масле или сливочных соусах и т.п.). | Квашенная, маринованная сельдь до 100 г.<br><br>Сельдь ломтиками в майонезе или желе, до 100 г.<br><br>Консервы из тунца до 50 г. | Сельдь соленная, малосольная, сардины соленные, анчоус, икра и подобные солено-консервированные сырые продукты.<br><br>Рыба холодного копчения (например, неразделанная холодонокопченная сельдь, скумбрия и т.п.<br><br>Рыба сушенная, вяленная (стокфиск, клипфиск).<br><br>Печень трески.<br><br>Кальмары (головоногие).<br><br>Рыбные соусы, азиатские соусы. |

| | Разрешено | Разрешено в небольшом кол-ве | Запрещено |
|---|---|---|---|
| **Яйца и яйцепродукты** | Свежие яйца, яичный порошок. | | Сваренные вкрутую яйца, выдержанные с надбитой скорлупой в растворе соли. |
| **Дрожжи и дрожжевые продукты** | Дрожжи для выпечки, изделия из дрожжевого теста (хлеб, булочки, пироги). | | Дрожжевые экстракты, дрожжевые гидролизаты, мармиты.<br><br>Напитки, приготовленные путем брожения с помощью дрожжей (пиво, вино, шампанское, шипучее вино, в т.ч. безалкогольные сорта).<br><br>***(Дрожжевые экстракты используются на фабриках-кухнях в соусах, густых супах и зажарках)*** |
| **Зерно и зерновые продукты** | Крупы, хлопья, мука, манная крупа, перловая крупа из пшеницы, рожи, овса, кукурузы, риса, гречки, проса.<br><br>Зародыши пшеницы. | | Зародыши ячменя (солод). |
| **Бобовые** | Горох, чечевица.<br><br>Зеленая, неспелая фасоль в стручках.<br><br>Соевые бобы, соевые зародыши. | | Спелая коричневая фасоль (например, фасоль обыкновенная), бобы (также конские бобы), белая фасоль.<br><br>Зародыши фасоли.<br><br>Азиатские соевые соусы. |
| **Какао и изделия из какао** | Какао-порошок, шоколад в порошке, капуччино.<br><br>Шоколадная глазурь на выпечке. | Шоколадные конфеты со сливочной, фруктовой или марципановой начинкой до 20 г.<br><br>Нуга с лесными орехами до 20 г.<br><br>Марципаны до 20 г.<br><br>Шоколадные батончики с молочной, сливочной или марципановой начинкой до 20 г.<br><br>Мюсли в шоколадной оболочке до 20 г.<br><br>Шоколад с цельными лесными орехами, орехами кешью или миндалем до 20 г. | Шоколад в массивных плитках или фигурах (горький, молочный, белый).<br><br>Конфеты с коньяком, ликером, кофейным ликером.<br><br>Нуга с грецкими или неуказанными орехами. |
| **Фрукты** | Яблоки, ананасы, вишни, желтые и синие сливы, земляника, крыжовник, черника или голубика, брусника, ревень, лимоны, манго, грейпфрут, апельсины, мандарины, персики, абрикосы, светлые сорта винограда. | Черная смородина, зеленые груши до 50 г, красный виноград до 250 г.<br><br>Сушенные фрукты до 20 г. | Бананы, полностью спелые груши и авокадо, красные сливы, инжир.<br><br>Консервированные фрукты в роме. |

| | Разрешено | Разрешено в небольшом кол-ве | Запрещено |
|---|---|---|---|
| **Овощи и продукты из овощей** | Картофель, морковь, красная, белая и савойская капуста, брюссельская капуста, цветная капуста, козелец, сельдерей, лук, лук-порей, огурцы, помидоры, паприка, чеснок, съедобные грибы, фенхель, спаржа, цуккини, красная свекла (свежая или в вакуумной упаковке), латук, свежие травы. | Пастеризованная квашенная капуста с добавление вина до 100г.<br><br>Пастеризованные маринованные огурцы до 100 г.<br><br>Каротель (т.е. молодая морковь, преимущественно короткая с ботвой) до 20 г. | Сырая кислая капуста.<br><br>Сырые соленые огурцы, квашенные огурцы из бочки.<br><br>Пикули кислые.<br><br>Консервированные грибы. |
| **Орехи и продукты из орехов** | Кокосовый орех, лесной орех, арахис, орех кешью, южный орех, сладкий миндаль.<br><br>Мусс и паста из лесных орехов.<br><br>Марципан с лесным орехом. | Нуга с лесными орехами до 20 г. | Грецкий орех. |
| **Напитки** | Безалкогольные соки без или с низким содержанием цитрусовых фруктов, груш, бананов или слив (например, плодово-ягодные или овощные соки, лимонады, мультивитаминовые соки).<br><br>Свежеотжатые цитрусовые соки.<br><br>Сельтерская вода, кофе, кола, травяные чаи, черный чай, фруктовый чай, солодовый кофе. | Апельсиновые соки промышленного приготовления до 100 мл | Соки с высоким содержание груш, бананов или слив.<br><br>Грейпфрутовые соки, приготовленные промышленным способом.<br><br>Нектары из цитрусовых фруктов.<br><br>Алкогольные напитки, например, пиво, вино, шампанское, коньяк.<br><br>Ликеры, виноградная водка, виски, ром и т.п. ***(а также безалкогольные виды пива и вина!)***. |
| **Прочие пищевые продукты** | Мед.<br><br>Пищевой сироп из пареной сахарной свёклы. | | |