

הדרכה לדיאטה דלת יוד

יוד הנו מינרל הנאגר בתאי בלוטת התריס. דיאטה דלת יוד דרושה למשך כשבועיים כהכנה לטיפול הקרנה ע"י יוד רדיואקטיבי. לאחר הטיפול ניתן לחזור לתפריט רגיל.

מותר לאכול:

ירקות טריים וקפואים (יש לשטוף היטב)
פירות טריים ומשומרים
בשר בקר/עוף/הודו טרי או קפוא
חלבוני ביצה
קטניות: חמוס, פול, עדשים, אפונה יבשה, שעועית,
לחם ודגנים: ללא מלח העשיר ביוד, שמן סויה או חמאה
שמוני מאכל מלבד שמן סויה, טחינה גולמית חמאת בוטנים טבעית (לא מלוחה)
פופקורן ללא מלח
סורבה
עשבי תיבול, תבלינים טריים (פלפל פפריקה כמון וכו'), מלח שולחני ומלח גס.

להמעיט באכילה:

חלב ומוצריו: חלב, שמנת, גבינה, יוגורט, חמאה, גלידה.
מזונות מוכנים/קנויים המכילים ביצים (עוגות, פשטידות וכד')

להימנע מאכילתם

ביצים שלמות
שימורי בשר (כגון לוף)
בשרים מעובדים
דגים (כולל שימורי דגים כגון טונה מקרל סרדינים)
סושי
פירות ים, ומאכלים המכילים קרגינאן, אגאר-אגאר, אלגין, אלגינאט (כולם מיצרים מאצות ים)
סויה ומוצרי סויה.
מלח יוד, תערובת תבלינים המכילים מלח, מזונות מלוחים.
שוקולד
מולסה
צבע מאכל חום/אדום (FD&C red dye#3) המופעים במזונות ומשקאות שונים (כולל קוקה קולה ופפסי) או טבליות חומות/אדומות
תוספי מזון ומולטי ויטמינים המכילים יוד, סירופ לשיעול,
אוכל תעשייתי, מסעדות, ומזון אוריינטלי.

החומר נאסף ונערך ע"י שירות הדיאטה של המרכז הרפואי הלל יפה, לשאלות נוספות ניתן לפנות לטלפון 04-6304342.



המרכז הרפואי
הלל יפה
Hillel Yaffe
Medical Center

ת.ד. 169, חדרה 38100 | טל. 04-6304304 | פקס. 04-6344776 | 04-6344776 | FAX: +972-4-6304304 | Tel. +972-4-6304304 | P.O.Box 169, Hadera 38100, ISRAEL | <http://hy.health.gov.il>

המרכז הרפואי הלל יפה מסונף לפקולטה לרפואה ע"ש רפפורט הטכניון, חיפה | מדינת ישראל - משרד הבריאות
Hillel Yaffe Medical Center, Affiliated with the Rappaport Faculty of Medicine, The Technion, Haifa, The State of Israel - Ministry of Health