

## **Dieet bij Diarrhea**

**Vochttoediening** zal hier de hoofdzaak zijn. Sportdrankjes bv isostar , aquarius , lichte thee met weinig suiker, appelsap, Coca-cola uitgebruist is een oude remedie die het doet.

**Koffie zeker verboden!** Wortelsoep (1/4 kgr worteltjes koken in 1 liter water 1 kwartier) wat zout toevoegen, Beschuiten : betterfood zonder vezels of droge soepbeschuiten. Wat eiwit van gekookt ei. In het beginstadium dient men melk en zijn afgeleiden te mijden!

**Vaste voeding** : kip, kalkoen, struisvogel, (bereid in de oven met weinig vet) gekookte vis bv forel in papillote

**Groenten** : verboden (dus ook aardappelen!) in beginstadium.

**Fruit** verboden in beginstadium.

**Platte rust** is hier ook vrijwel essentieel !

**Geen energie verspillen !**