

Gastroresezione e Dumping syndrome

La manifestazione più comune in caso di resezione gastrica è la dumping syndrome, ovvero l'eccessiva velocità con cui il cibo si riversa oltre lo stomaco. I sintomi più caratteristici sono diarrea, sudorazioni, tachicardia e ipotensione.

Le raccomandazioni in generale sono le seguenti:

- frazionare i pasti, introducendo almeno due spuntini (metà mattina e metà pomeriggio);
- evitare i pasti abbondanti;
- preferire i cibi solidi a quelli liquidi;
- bere lontano dai pasti, possibilmente un'ora o due dopo;

Cibi da eliminare o ridurre, distinti per categorie:

latticini: latte e formaggi grassi e piccanti

pane e pasta: prodotti integrali;

carne: selvaggina, maiale, selvaggina, carne affumicata, sughi e brodi di carne;

pesce: molluschi e crostacei, pesci affumicati, sotto sale o sott'olio,

salumi e insaccati: tutti escluso crudo e cotto magri e bresaola;

uova: ammesse solo alla coque;

verdure: limitare i minestrone ed i passati.

frutta: frutta secca, frutta sciroppata, pesche e prugne, valutare personalmente gli agrumi;

condimenti: condimenti di origine animale, margarina e dado;

bevande: bevande gassate, alcolici in genere, tè, caffè, succhi in genere;

dolci: preferibilmente da evitare.

Cibi permessi, distinti per categorie:

latticini: yogurt, formaggi freschi non fermentati;

pane e pasta: prodotti non integrali;

carne: vitello, manzo, pollo, coniglio, tacchino...magri;

pesce: fresco;

salumi e insaccati: prosciutto crudo e cotto magri e bresaola;

uova: alla coque;

verdure: nessuna limitazione;

frutta: fresca, ben matura, oppure cotta, valutare personalmente gli agrumi;

condimenti: olio d'oliva o extravergine;

bevande: acqua naturale;

dolci: preferibilmente da evitare.