



Landssjúkrahúsið



Maturin á Landssjúkrahúsinum
ein týðandi partur av viðgerðini



Maturin á

Landssjúkrahúsinum

Hesin faldari er ein kunning til tín um, hvat vit bjóða av mati og drykkivørum, meðan tú ert innløgð/innlagdur.

Maturin, tú fært bjóðað, er settur saman eftir tilráðingunum um mat til fólk við sjúku ella í viðgerð og inniheldur meira orku og protein enn matur til frísk fólk.

Á deildini fært tú bjóðað tríggar høvuðsmáltíðir og tvær millummáltíðir. Møguleiki er eisini at fáa annað ímillum máltíðirnar, um tørstur er á tí.

Vit vóna, at maturin gagnast tær væl, tí hann er ein partur av viðgerðini og stuðlar undir, at tú kemur skjótari fyri teg aftur.

Vinarliga

Køkurin

Morgunmatur

- Breyð við smøri, osti og súltutoy (Fullkornsrugbreyð, rugbreyð, grovfransbreyð, fransbreyð og knekkbreyð)
- Rundstykkeir (mikudag) og kryddarar (sunnudag)
- Havragreytur og ølbreyð
- Hvíti, jogurt v/ frukt og jogurt rein
- Músli, maisflykrur og havragrýn

Døgurði

- Dagsins heiti rættur, sí matarskrá
- Forrættur ella omaná, sí matarskrá



Seinnapartsdrekka / kvölddrekka

- Grovbreyð og bollar v/ osti og súltutoyi
- Heimabakað kaka (mikudag, leygarkvöld, sunnu- og halgidagar)
- Tilval:
Frukt, keks og knekkbreyð v/ osti, proteindrykkur og LS-bland (kakaomjólk + milkshake)

Nátturði

- Smurt rugbreyð v/ viðskera
- Fransbreyð v/ osti
- Tilval:
Salat, rísingreytur v/ kanelsukri og ymiskar súpanir

Drekka

Allan dagin kann veljast ímillum hesar drykkjuvørur:

Mjólk, sodavatn, saft, djús, kakaomjólk, orku- og proteinríkir drykkir og vatn.

Serligan tørv ella lítlan matarlyst

Sjúka ella viðgerð, ið er hörð fyri kroppin, kann hava við sær, at matarlysturin minkar.

Er matarlysturin lítil, og hefur tú tørv á onkrum uttanfyri máltíðirnar, so er møguleiki fyri at fáa okkurt annað. Sama er galdandi, um tað tú fært bjóðað, ikki gagnast tær.

Tú kanst spyrja eftir:

- Súpan
- Ísi
- Keks við osti
- Fromasju
- Proteindrykki
- LS-bland (kakaomjólk + milkshake)
- Kakao
- Hvíta og jogurt
- Frukt

Matur er partur av viðgerðini

Tá sjúka rakar, ella tú skalt undir skurðviðgerð, hevur kroppurin serliga tørv á proteini og orku. Tað er tí av størsta týdningi, at tú etur og drekkur nóg mikið. Fært tú ikki neyðugu orkuna, ert tú í vanda fyri at tapa teg. Tað er óheppið at tú tapir teg, meðan tú ert sjúk/sjúkur ella eftir skurðviðgerð, eisini um tú vigar ov nógv, tí hetta viðførir tap av lívsneyðugum gøgnum og vøddum.

Tú ert í vanda fyri at tapa teg

- um tú etur ov lítið
- um tú hevur eina sjúku, sum ávirkar kroppin nógv
- um tú skalt gjøgnum viðgerð, ið er hörð fyri kroppin.

Góð ráð í samband við sjúku

- Halt vektina
- Et, hóast tú ikki kennir teg svangan
- Drekk okkurt, hóast tú ikki kennir teg tystan
- Minst til, at millummáltíðirnar eru eins týðningarmiklar og høvuðsmáltíðirnar.

Rís og rós

Hevur tú viðmerkingar, góðar sum ringar ella hugskot til matin, so hoyra vit gjarna frá tær umvegis starvsfólkið á deildunum

Væl gagnist!



Landssjúkrahúsið

www.lsh.fo