

Ernährungsempfehlungen nach chirurgischen Eingriffen

Darauf sollten Sie nach einem Eingriff im Mund-, Kiefer- und Gesichtsbereich achten. Diese Empfehlungen senken die Rate an unerwünschten Nachwirkungen.



Bitte beachten Sie, dass nach Operationen im Mund Schluck- und Kaubeschwerden auftreten können.

Sie sollten somit zunächst weiche Kost bevorzugen. Meiden Sie heiße Lebensmittel und scharfe Gewürze sowie Alkohol, Koffein und Nikotin.

Im Folgenden finden Sie empfehlenswerte Lebensmittel und Tipps bei Ihrer Verwendung:

- klare Brühen, Suppen und pürierte Eintöpfe
- Mixgetränke aus frischem Obst
- das altbewährte „Babygläschen“
- blanchiertes oder püriertes Gemüse
- weichgekochte Nudeln, Kartoffeln und Kartoffelpüree, Geflügel (statt faserigem Fleisch)
- Brot ohne Rinde, Toastbrot
- Eierspeisen: Weichgekochtes Ei, Spiegelei, Rührei (schnell hergestellt und gut verträglich)
- Apfelmus, püriertes Obst oder Obst in kleiner kaubarer Form (geraffelt, gerieben oder in dünne Scheiben geschnitten)
- Oder falls Sie regional bleiben möchten: Die komplette Palette schwäbischen Essens passt sehr gut. Von der weichen Maultasche bis zum Leberknödel oder Spätzle mit Soße.

Bei Fragen stehen wir Ihnen gerne zur Verfügung.

Wir wünschen Ihnen eine schnelle und komplikationslose Genesung!