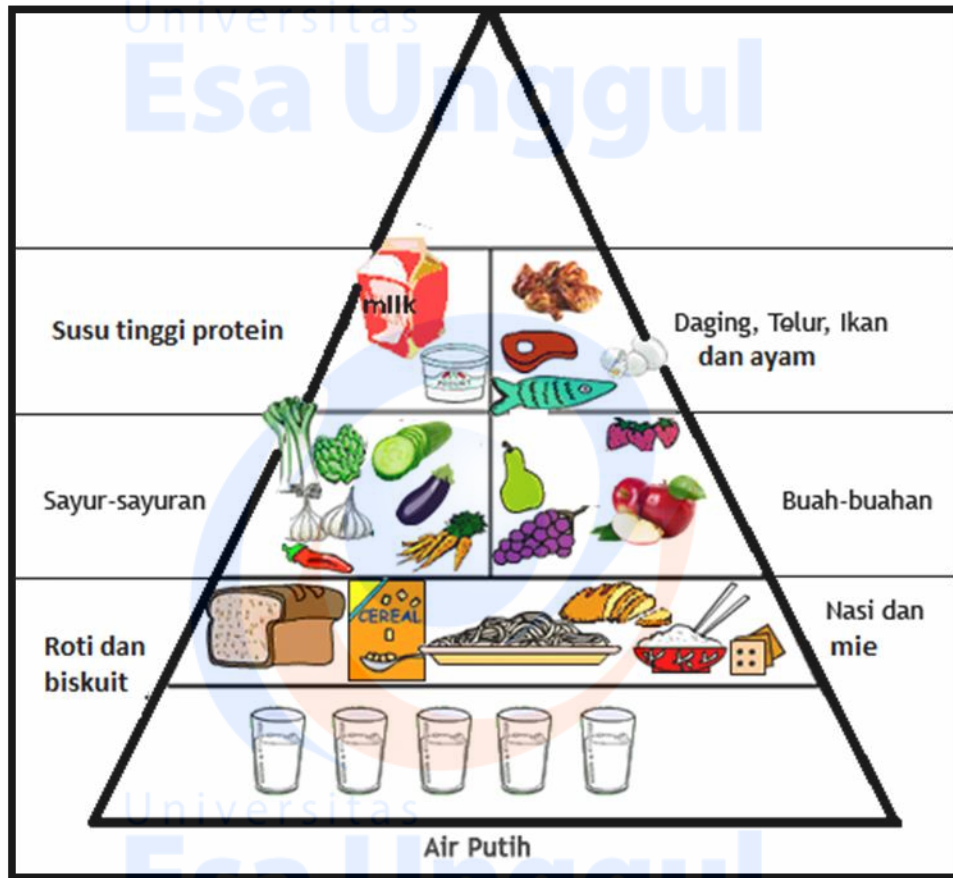


Lampiran 2

**MATERI EDUKASI PASIEN HEMODIALISIS
BAHAN MAKANAN YANG DIANJURKAN**

BAHAN MAKANAN	DIANJURKAN
Sumber karbohidrat	<ul style="list-style-type: none"> • Nasi • Spageti • Makaroni • Tepung terigu, misoa • Gula, selai, jelly, madu (Kecuali penderita diabetes)
Sumber Protein Hewani	<ul style="list-style-type: none"> • Daging, Ikan, Ayam : $1-1.2 / \text{BBI} (1.2 \times 56) = 67 \text{ gr } 1 \frac{1}{2} \text{ ptg}$ • Telur • Udang
Sumber Protein Nabati	Tidak ada
Lemak	Minyak sayur
Sayuran	<ul style="list-style-type: none"> • Asparagus • Terung, Mentimun • Wortel • Labu siam
Buah	<ul style="list-style-type: none"> • Nanas • Anggur • Apel • Stroberi <p>Cara pengolahan : Buah di-setup untuk menghilangkan kadar kaliumnya.</p>
Susu	<ul style="list-style-type: none"> • Susu tinggi protein
Minuman	<ul style="list-style-type: none"> • Air / cairan sesuai dengan jumlah urine yang keluar + 500 ml per hari
Bumbu	<ul style="list-style-type: none"> • Garam 1 sendok teh per hari • Semua bumbu segar

Piramida Makanan



BAHAN MAKANAN YANG TIDAK DIANJURKAN

BAHAN MAKANAN	TIDAK DIANJURKAN
Sumber karbohidrat	<ul style="list-style-type: none"> • Kentang, <i>havermouth</i> • Ubi, Singkong • Tepung Kedelai, Tepung Tapioka • Roti Susu • Beras ketan, Jagung kuning
Sumber Protein Hewani	<ul style="list-style-type: none"> • Kerang • Jeroan • Komet, Ham, Keju, Sosis
Sumber Protein Nabati	<ul style="list-style-type: none"> • Tahu • Tempe • Kacang panjang • Kacang hijau • Kacang merah
Lemak	Mentega
Sayuran	<ul style="list-style-type: none"> • Semua sayuran mentah • Brokoli, Jamur • Labu Kuning • Bit • Tomat, Touge • Daun pepaya muda • Rebung, Bayam
Buah	<ul style="list-style-type: none"> • Pisang, Pepaya, Jeruk • Melon, Mangga, Kiwi • Aprikot, Alpukat, Duku • Durian, angka, Kelapa muda • Pear segar
Susu	<ul style="list-style-type: none"> • Susu dan hasil olahannya, seperti : Keju, Yougurt
Minuman	<ul style="list-style-type: none"> • Teh pahit, coklat, kopi • Minuman Isotonik
Bumbu	<ul style="list-style-type: none"> • Kaldu instan • Garam kalium