

<b>Tipps für Hämodialysepatienten</b>		
<b>Nahrungsmittelgruppe</b>	<b>Empfehlenswert</b>	<b>Nicht empfehlenswert</b>
Getreideprodukte Brot Backwaren	Reis, Nudeln, Mehl, Grieß, Cornflakes, alle Brotsorten  in kleinen Mengen auch Vollkornbrot, Backwaren ohne Nüsse und Kakao	Vollkornprodukte wie Vollkornreis, Vollkornnudeln, Kleie, Haferflocken, Müsli, Körner, Pumpnickel
Gemüse und Kartoffeln	ca. 30 g Blattsalat / Tag, alle Gemüse und Kartoffeln kleinschneiden, in viel Wasser kochen, Konserven ohne Flüssigkeit verwenden	Hülsenfrüchte wie Erbsen, Bohnen, Linsen, Spinat, Fenchel, Mangold, Rosenkohl, Brokkoli, Grünkohl, Tomaten, Oliven, Sprossen und Keime. Alle Kartoffelfertigprodukte
Obst und Nüsse	nur einmal am Tag ca. 100 g rohes Obst oder 150 g Kompott ohne Saft	Trockenobst wie z.B. Rosinen, Datteln, Feigen, Pflaumen usw. Bananen, Aprikosen, Honigmelone, Kiwi, Avocado, Nüsse aller Art
Milch und Milchprodukte Käse	Frischkäse wie Quark, körniger Frischkäse, Doppelrahmfrischkäse, Camembert, Brie, Harzer, Limburger, Mozzarella, Münsterkäse Romadur, Sahne, Creme fraiche, höchstens ca. 150g Milch, Joghurt, Kefir, Dickmilch oder Buttermilch pro Tag, Schnittkäse ca. 30 g / Tag	Schmelzkäsezubereitungen jeder Art, Kochkäse, Milchpulver, Kondensmilch
Eier	1-2 Eier wöchentlich, Eiklar	Eipulver
Streichfette und Öle	Alle Sorten	
Fleisch und Geflügel	Alle Sorten ca. 100g / Tag	
Innereien		Alle Sorten
Wurst	ca. 50g / Tag	
Fisch	alle Sorten ca. 100g / Tag	Fischkonserven, Räucherfisch
Getränke	Kaffee, Tee, Limonade, Mineralwasser, Trinkmenge individuell	Instant-Getränke (z.B. Nescafe®), kakaohaltige Getränke, Cola-Getränke, Obst- und Gemüsesäfte
Zucker und Süßwaren	Zucker, Honig, Marmelade und Süßwaren ohne Nüsse und Kakao	Kakaohaltige Süßigkeiten wie Schokolade und Pralinen, Nuß-Nougat Creme, Marzipan
Gewürze	Kochsalz individuell, Kräuter und Gewürze in kleinen Mengen	Kochsalzersatzmittel und alle damit hergestellten Produkte, Fleisch- und Hefeextrakt, Tomatenmark, Ketchup