

| Tipps für Hämodialysepatienten | | |
|---------------------------------------|---|--|
| Nahrungsmittelgruppe | Empfehlenswert | Nicht empfehlenswert |
| 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, Pumpernickel |
| 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, Brikkäse, Harzer, Lirnburger 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 |