

Transplantation, kostrestriktioner

Förändringar sedan föregående version

Ändringar gjorda enligt ny Rutin – [Risklivsmedel för organtransplanterad på vårdavdelning; giltig från 2022-12-04.](#)

Bakgrund

Kostrestriktioner gäller för alla transplanterade patienter under hela första vårdeposoden efter transplantation samt under rejektionsbehandling. Livsmedelsburna infektioner kan medföra stora risker för patienter med kraftigt nedsatt immunförsvar. Efter utskrivning till hemmet informeras patienten om vikten av god livsmedelshygien och att det finns risklivsmedel som om möjligt bör undvikas. Orsak till att kostrestriktioner finns är att det kan finnas hög bakterie/mögelhalt i viss föda eller att maten blir kontaminerad om den ej hanteras rätt.

Grönsaker



Ej godkända

- Färska grönsaker som inte skalas. T.ex. persilja, dill, gräslök, sallad, olika kålsorter.

Kan innehålla gramnegativa bakterier t.ex. Pseudomonas aeruginosa, E coli, Klebsiella. Risken med dessa bakterier försvinner om livsmedlet upphettas eller skalas.

Godkända

- Skalad gurka, väl sköljd tomat och paprika där stjälfästet är bortskuret.
- Skalade morötter.

- Vitkål kan ätas om den slakas (doppas i kokande vatten) eller serveras med vinäger på.
- Färska och frysta grönsaker som är kokta.
- Färska grönsaker som är kokta.
- Alla helkonserver får användas, även inlagda grönsaker t.ex. paprika och oliver. Konserverad frukt/grönsaker får ej förvaras i öppnad konserverburk. Datummärk och kassera efter 1 dygn.



Bär och frukter

Ej godkända

- All färsk frukt som inte går att skala t.ex. vindruvor.
- Färska och djupfrysta bär t.ex. hallon, jordgubbar, blåbär. *Kan innehålla gramnegativa bakterier t.ex. Pseudomonas aeruginosa, E coli, Klebsiella. Risken med dessa bakterier försvinner om livsmedlet upphettas eller skalas.*
- Torkade frukter t.ex. fikon och russin. *Kan innehålla riskabla mikroorganismer, särskilt om de utsatts för väta under torkningsperioden.*



Godkända

- Alla frukter som går att skala får ätas.
- Sylt, marmelader och t.ex. äppelmos som är konserverat får ätas.
- Krämer och soppor i Tetrapak. Kassera efter 2 dygn.
- Kallrörda krämer och soppor måste ätas direkt efter tillredning. Får ej sparas!
- *Pulverprodukter kan innehålla höga halter av bl.a. Baccillus cereus. När vatten eller mjölk sätts till pulvret börjar befintliga bakterier föröka sig om det inte upphettas till 72 grader.*



Mejerivaror

Ej godkända

- All vit/grönmögelost och feta ostar som är tillverkad av opastöriserad mjölk. *Dessa livsmedel kan innehålla höga halter av listeriabakterier.*
- Mjukglass och kulglass. Undvik glass som inte är förpackad och förvarad i obruten kylkedja.



Godkända

- Pastöriserad mjukost i tub.
- Portionsförpackad hårdost.
- Portionsförpackad glass (ej mjukglass).
- Portionsförpackat smör och margarin.
- Grädde, även vispad från köket.
- Mjolkprodukter, fil, yoghurt, färdigförpackad vaniljsås etc.
- Ägg skall vara hårdkokta eller vändstekta och vara av svenskt ursprung. Färdigkokta ägg från sjukhusköket skall vara oskalade. Majonnäs.



Fisk och skaldjur

Ej godkända

- Rå fisk, sushi, råa ostron, råbiff.
- Halvrå mat som är marinerad/kallrökt eller gravad.
- *Dessa livsmedel kan innehålla listeriabakterier.*



Godkända

- All stekt och kokt fisk/skaldjur.
- Konserverade skaldjur.
- Skalade skaldjur (risk för skärskada).
- Inlagd fisk som t.ex. sill.
- Kaviar.



Charkvaror

Godkända

- Kött skall vara genomstekt, lätt rosa färg som vid rostbiff kan tillåtas.
- Kokt/rökt kött.
- Färdiglagad mat som är frusen eller konserverad.



Övriga risklivsmedel

- Självplockvaror som lösgodis, marinerade oliver, vitlök.
- Bakverk och smörgåsar som förvarats länge.
- Färska nötter som ej varit upphettade.



Övrigt

- Fryst mat kan beställas från köket, för att ha ett förråd på avdelningen.
- Pizza, hamburgare etc. från sjukhuset eller annan restaurang får ätas, t.ex. Burger King eller McDonalds. Beställ hamburgare utan sallad/tomat, men inlagd gurka går bra.
- Ev. torkade örter ska tillsättas på pizzan innan den bakas i ugnen.
- Färdiglagad mat, t.ex. färdiga köttbullar, maträtter i ”plastkorv” som risgrynsgröt, bruna bönor m.m. måste upphettas till minst 72 grader i två minuter före servering.



Läkemedelsinteraktion

- Grapefruktjuice innehåller ett ämne som kan påverka halterna i blodet av ciklosporin/takrolimus och även andra läkemedel. Undvik denna juice/frukt till alla transplanterade patienter samt undvik även frukterna Pomelo (kinesisk grapefrukt), Ugli (jamaicansk citrusfrukt), Sweetie (korsning mellan Pomelo/Grapefrukt) och Carambola (stjärnfrukt).



Iskuber

- Iskuber fryses av väl ”genomspolat” kranvatten.

Arbetsgrupp/Granskare

Ann-Christine Erlandsson; IVA-sjuksköterska
Anna Lundberg; IVA-sjuksköterska
Petra Sahlman; undersköterska
Monika Andersson; undersköterska

Information om handlingen

Handlingstyp: Rutin

Gäller för: Verksamhet Thorax och kardiologi

Innehållsansvar: Lukas Lannemyr, (lukla), Överläkare

Godkänd av: Kristofer Skoglund, (krisk3), Verksamhetschef

Dokument-ID: SU9805-1593997-2138

Version: 13.0

Giltig från: 2025-03-31

Giltig till: 2027-03-27