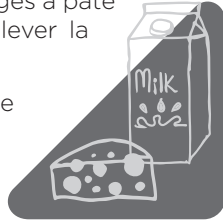


Produits laitiers

- Tous les produits laitiers industriels ayant la mention UHT ou stérilisé sont autorisés.
- Les fromages blancs, les yaourts et crèmes lactés pasteurisés ne posent pas problème.
- Vous pouvez manger des fromages à pâte molle ou dure à condition d'enlever la croûte.
- Les fromages au lait cru, à pâte persillée, fleurie, au poivre, noix, truffes, cumin ou aux herbes sont interdits.



Féculents

- Le pain blanc, les brioches et les croissants simples peuvent être mangés, évitez tout ce qui est fourré ou praliné.
- Les céréales petit-déjeuner sont autorisées.
- Les pâtes et le riz blanc au sel et au beurre sont adaptés à votre régime, n'y ajoutez pas de poivre ou autres épices.
- Ne mangez pas de muesli ni de pain gris, aux céréales, complet ou aux noix.



Produits sucrés

- Les biscuits, bonbons, chocolats, chewing-gums sont autorisés à condition qu'ils ne soient pas vendus en vrac, pas préparés artisanalement et qu'ils ne contiennent pas de chocolat fourré ni de fruits secs (noix,...).
- Le miel est déconseillé.
- Les glaces industrielles dans un emballage individuel fermé peuvent être savourées.
- Les barres Muesli ne sont pas adaptées.
- Les chips salés nature sont autorisés (sans épices, sans poivre, sans paprika...).



SERVICE D'HÉMATOLOGIE

Secrétariat

Lu - Ve : 9h00 - 17h00
Tél : 4411 2084
Fax : 4411 6871
sec.hemato@chl.lu

Unité d'hospitalisation 23

ouvert 24h/24 - 7j/7
Tél : 4411 4223

Chef d'unité responsable de l'unité 23
Tél : 4411 8823

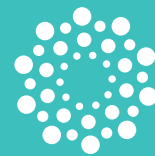
Unité d'hospitalisation 26

ouvert 24h/24 - 7j/7
Tél : 4411 2732

Chef d'unité responsable de l'unité 26
Tél : 4411 8826

Unité d'hospitalisation de semaine 23HS

Tél: 4411 4225



CHL KRIIBSZENTRUM



Centre Hospitalier de Luxembourg
CENTRE

CHL Centre

4, rue Ernest Barblé L-1210 Luxembourg
Tél : +352 44 11 11 Fax : +352 45 87 62 www.chl.lu

Flyer Hygiène et alimentation en Hématologie Nov 2018

HYGIÈNE ET ALIMENTATION EN HÉMATOLOGIE

CONSEILS POUR LE DOMICILE



Centre Hospitalier de Luxembourg
CENTRE

HYGIÈNE ET ALIMENTATION EN HÉMATOLOGIE

CONSEILS POUR LE DOMICILE

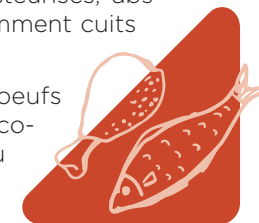


› RÈGLES GÉNÉRALES

- Nettoyez une fois par mois le frigo, une fois par semaine le four à micro-ondes et si saleté visible.
- Nettoyez les surfaces de la cuisine avec un spray javellisé.
- Evitez les animaux et les plantes dans la cuisine.
- Lavez-vous bien les mains avant de cuisiner.
- Un essuie de vaisselle n'est pas un essuie mains.
- Videz les poubelles tous les jours.
- Respectez la chaîne du froid et rangez au plus vite les aliments dans le frigo (< 4 °C) ou le congélateur (< -18 °C).
- Vérifiez toutes les dates de péremption et consommez les aliments périssables endéans les deux jours, ainsi que tout emballage ouvert.
- Achetez les aliments en petites portions et si possible emballés sous vide.
- Nettoyez le couvercle d'une boîte de conserve avec un chiffon propre et humide avant de l'ouvrir.
- Si vous ne consommez que la moitié du contenu d'une boîte de conserve, mettez le reste dans un récipient fermé (verre ou plastique) au frigo et consommez-le au plus vite (endéans 24 heures).
- Décongelez les aliments de préférence en les plaçant la veille dans le frigo, exceptionnellement aux micro-ondes.
- Un produit décongelé ne peut jamais être recongelé.
- Il est conseillé dans la mesure du possible de faire bouillir les aliments.
- Gardez une hygiène buccale parfaite (bains de bouche 4 fois par jour), vous pouvez consulter notre brochure CHL.

Viande, volaille et poisson

- Tous les types de viandes et poissons doivent être bien cuits, les viandes et poissons fumés non cuits sont interdits.
- Les crustacés et coquillages sont déconseillés.
- Les conserves de viande et de poisson peuvent être mangées, abstenez-vous des semi-conserves.
- Les oeufs cuits sont autorisés ainsi que les omelettes à œufs déshydratés pasteurisés, abstenez-vous des œufs insuffisamment cuits (œufs sur le plat).
- Les préparations à base d'oeufs crus comme la mousse au chocolat, mousse de fruits, tiramisu et mayonnaise fraîche sont déconseillées.



Fruits et légumes

- Les légumes (frais ou surgelés) doivent être cuits, les conserves de légumes peuvent être consommées, les crudités sont déconseillées.
- Les fruits sont uniquement autorisés si on peut les peler (banane, agrumes, mangue, papaye, ananas, noix de coco, avocat), les autres fruits frais et les kiwis sont interdits.
- Les jus de fruits frais sont interdits, choisissez des jus pasteurisés.
- Il ne faut pas consommer les fruits secs, les noix, les noisettes, les amandes ...
- Les eaux aromatisées, les sirops, les sodas, les berlingots de jus ou de lait chocolaté sont autorisés, choisissez des petits conditionnements.
- Les infusions, thés et boissons lyophilisés doivent être portées à ébullition.
- Le Ketchup, la moutarde et la mayonnaise industrielle peuvent être ajoutés à vos plats, de préférence d'un pot récemment ouvert (< 30 jours). Faites attention qu'aucun couvert sale ou liché ne rentre dans le pot. Préférez les petits conditionnements et les tubes.

