

KOLHYDRATFATTIG KOST INFÖR PET/CT UNDERSÖKNING

Inför kommande PET/CT undersökning ska du äta kolhydratfattig kost med start **48 timmar** före undersökningen. Du ska vara fastande 18 timmar före undersökningen. Du får endast dricka kranvatten under fastan.

Du ska börja äta kolhydratfattig kost _____

Du ska börja fasta _____

Kosten innebär att du ska undvika kolhydrater och istället äta protein- och fettrik mat.

Ät i första hand:

- fisk, skaldjur, kött, fågel, quorn, ägg, ost, grädde, smör
- grönsaker går att äta som tillbehör, men inte som huvudsaklig kost

Några exempel på vad som är tillåtet att äta:

<u>Frukost:</u>	Kokt ägg och sill Keso Skinka, kalkon/kyckling pålägg Ost Sallad, tomat, gurka
<u>Lunch/middag från kök:</u>	Kött, fågel, fisk, quorn med sallad, tomat, gurka Soppa utan mjölk och utan redning med mjöl Sallad med ägg, kyckling, skaldjur, skinka eller ost Gärna sås på grädde och smör
<u>Mellanmål:</u>	Ägg Keso Skinka, kalkon/kyckling pålägg Ost Sallad, tomat, gurka
<u>Dryck:</u>	Kaffe och te utan socker/mjölk, vatten, buljong

Undvik produkter som innehåller socker, stärkelse och mycket fibrer:

Soft, kakor, godis, juice, läsk, marmelad, pasta, ris, potatis, bröd, flingor, müsli, frukt, bär, rotfrukter, baljväxter (bönor, ärtor, linser), mjölk, fil och yoghurt

