



- **SİNDİRİM SİSTEMİ HASTALIKLARINDA BESLENME**
 - (GASTROINTESTINAL HASTALIKLAR)

- Prof.Dr. Pınar SAÇAKLI
- psacakli@ankara.edu.tr

Gastrointestinal Hastalıklar

Olgu	Diyet Uygulaması
Kusma	Öncelikle oral gıda alımı durdurulur; kusma durdurulur, oral rehidrantlar verilir, daha sonra yüksek sindirilebilirlikli düşük yağlı (%6) ve düşük lifli (%2) diyet kullanılır, normal diyete tedricen dönülür.
Gastrik dilatasyon ve volvulus	Günde iki kez nemlendirilmiş gıda verilir, tahıl temeline dayalı diyetler verilmez, yüksek enerjili ve sindirilebilirlikli yoğun diyetler verilerek sindirilen miktar azaltılır.
Diyare	24 saat süreyle yem verilmez; vitamin miktarı arttırılarak yüksek sindirilebilirlikli, düşük yağlı (%6) ve düşük lifli (%2) diyet, 2-3 öğüne bölünerek küçük miktarlar halinde verilir.
Diyet allerjisi (hassasiyeti)	Tek ya da sınırlı protein kaynağı, glutensiz yüksek sindirilebilirlikli, hipoallerjenik veya allerjeni elimine edilmiş bir diyet uygulanır.
Malabsorbsiyon	Diyare için önerilen diyet, orta zincir uzunluklu trigliseritler günde bir kez 1-2 ml / kg
Koprofaji	Koprofajiye neden olabilen hastalıklar yönünden kontrol edilir. Yüksek enerjili diyetler ile ara sıra yüksek lifli (%10 KM) diyet verilir.
Konstipasyon	Lif miktarı yüksek (%10 KM) diyet verilebildiği gibi, diyete kepek gibi balast maddeler ilave edilebilir.
Kolitis	Diyarede yapılan uygulama. Tek ya da sınırlı protein kaynağı, yüksek sindirilebilirlikli, düşük lifli (%2 KM) diyet.
Flotus	Düşük yağ (%6 KM) ve lifli (%2) yüksek sindirilebilirlikli diyet verilirken soya, süt ve sebzelerden sakınılır.

İSHAL -DİYARE

- Akut İshaller

- Enfeksiyöz nedenler

- Bakteriler (Salmonella, Campylobacter S. aureus, Bacillus cereus, Clostridium perfringens, E. Coli)
- Virusler: Köpek parvovirüsü, kedi panleukopenisi, köpek distemper virüsü, kedi enfeksiyöz peritoniti (FIP)
- Mantarlar
- Protozoonlar
- Helmintler

- Toksik ishaller

- Gıda alerjisi veya intoleransı
- Gıda zehirlenmeleri, gıda ve suyun Salmonella, Campylobacter ve E coli gibi bakterilerle kirlenmesinin bir sonucu olabilir .
- İlaça bağlı: Antibiyotikler
- Ağır metal zehirlenmeleri

- Diğer nedenler

- Hemorajik gastroenterit (HGE) kanlı ishal ve kusma ile karakterize, yaşamı tehdit eden bir hastalıktır. Bulaşıcı değildir ve genellikle Yorkshire teriyerleri, Minyatür pingerler, Minyatür schnauzerler, Minyatür kanişler ve Malta köpeği gibi küçük köpeklerde görülür.
- Apandisit

- Kronik ishaller
- İnflamatuvar bağırsak hastalığı (IBD), kusma, ishal ve kilo kaybı gibi klinik belirtilerle karakterizedir.
- Ülseratif kolit, Crohn hastalığı
- Enfeksiyonlar Paraziter hastalıklar (E.histolytica, Giardia, Cryptosporidium)
- Bağırsak tüberkülozü
- Bağırsak tümörleri
- Emilim bozuklukları
- Gıda alerjisi

- Endokrin hastalıklar
- Ekzokrin pankreas yetmezliği (EPI) pankreas tarafından sindirim enzimlerinin yetersiz salgılanmasından kaynaklanır. Bu, besin maddelerinin düzgün şekilde sindirilememesi nedeniyle ishale yol açabilir.
- Hipertiroidizm
- Böbrek hastalığı
- Karaciğer hastalığı

AKUT GASTROENTERİTİS-ENTERİTİS

• Yem kaynaklı diyare

- Yüksek yağlı nemli veya ete dayalı yemler
- Masa artıkları, çöpler, kokuşmuş leşler
- Kediler kuşları avladıklarında
Salmonella spp.'ya maruz kalabilir
- Köpekler çiğ balık yediklerinde zehirlenme
- Ev yapımı mamalarda pişmemiş etler,
- Çiğ tavukta campylobacter ve salmonella

• Klinik semptomlar

- Abdominal ağrı
- Dışkıda lökosit
- Dehidrasyon
- Ateş
- Depresyon
- Koyu siyah dışkı
- Kanlı dışkı

AKUT GASTROENTERİTİS-ENTERİTİS

- Dışkı kıvamında azalma- sulu dışkı
- Genellikle etiyoloji tanımlanamaz (paraziter enf hariç)
- Genellikle semptomatik tedavi uygulanır
- Antibiyotik tedavisi (bazen gereksiz-dirençli bakteri gelişimi)
- GI hastalığı olan hastalar için beslenme yönünde dikkate alınması gerekenler
 - -Sindirilebilirlik
 - Enerji
 - Protein
 - Yağ
 - Lif ve
 - Kobalamin (kronik enteropatide)

Elektrolitler: Sodyum, Klor, Potasyum

- Akut diyare ve kusmayla ilişkili yaygın elektrolit anomalileri:
- Hafif hipokalemi
- Hipokloremi ve
- Hipernatremi
- Kronik veya şiddetli GI hastalıklarda vücutta **Potasyum** tükenir
- Çünkü mide ve bağırsak sekresyonlarının Potasyum **konsantrasyonu yüksektir**. GI hastalıklarla ilişkili Hipokalemi şiddetlidir
- **Potasyum** kayıpları diyetle yerine konulamazsa durum şiddetlenir
- Elektrolit dengesindeki düzensizlik,
 - hastalığın şiddetine,
 - beslenme durumuna,
 - hastalık sürecine göre değişmektedir.
- Bu nedenle de sıvı tedavisinde serum elektrolit konsantrasyonunu izlemek gerekir.
- Elektrolit bozuklukları uygun parenteral sıvı ve elektrolit tedavisi ile düzeltilmelidir.

SU

- En önemli besinsel faktör
- Aşırı sıvı kaybına bağlı dehidrasyon hayati tehlike yaratmakta
- Dehidrasyon **parenteral** sıvı terapisi ile düzeltilmeli
- IV sıvı uygulaması
- Kusma olmayan hastalarda oral sıvı terapisi
- Akut diyarede oral rehidrasyon solüsyonları kullanılabilir
- Su
- Glikoz
- Amino asitler
- Elektrolitler

Sindirim Sistemi Hastalıklarında Beslenme

- Gastrointestinal (GI) kanalın esas işlevi besin maddelerinin sindirimi ve emilimidir
- Beslenme desteği tedavinin önemli bir bileşenidir.
- Besin madde tedavisinde amaç:
 - Zarar görmüş bağırsakların onarılması
 - Bağırsak mikrobiyotasının düzenlenmesi
 - Normal GI motilitenin ve fonksiyonunun teşvik edilmesi,
 - İmmun fonksiyonların desteklenmesi
 - GI inflamasyonun hafifletilmesidir
 -

Gastrointestinal Diyet Türleri

Gastrointestinal hastalıkları yönetmek için genel olarak 4 diyet kategorisi vardır:

1-Yüksek sindirilebilirlikli diyetler:

- Protein sindirilebilirliği $> \%87$,
- Yağ ve CHO sindirilebilirliği $> \%90$
- Lif oranı düşük ($< \%3-5$ KM).
- Rafine edilmiş bileşenler içerir
- Faydaları:
- Yiyeceklerin midedeki hareketini hızlandırır
- Bağırsakta emilimi kolaylaştırır

Gastrointestinal Diyet Türleri

2-Yüksek lifli diyetler: Gastrointestinal hastalık/ diyabet için kullanılabilir

- **1-Çözünür lif kaynakları** suda çözünerek kalın, viskoz bir jel oluşturarak sindirim içeriğinin bağırsaklardaki hareketini yavaşlatır.
- Çözünür lif kaynakları aynı zamanda fermente edilebilir ve bağırsakta gaz ve fizyolojik olarak aktif yan ürünler üretebilir.
- **2- Çözünmeyen lifler** suda çözünme ve fermente edilebilirliği düşüktür
Metabolik olarak inerttirler
Bağırsakta hareket ederken dışkının hacmini ve su emilimini artırırılar
- Çözünmeyen lifler kolonik kasılma reseptörlerini uyararak ishale neden olabilir

İdeal olarak, lifle zenginleştirilmiş diyetler, dengeli bir etki sağlamak için hem çözünür hem de çözünmeyen liflerin bir kombinasyonunu içermelidir.

Her iki lif türünden de çok fazlası yumuşak dışkıya, kabızlığa veya aşırı gaza neden olabilir.

Lif

- Kalın bağırsaklar üzerinde etkili
- Mide, ince bağırsaklar ve pankreas yapısı ve fonksiyonlarını da etkilemektedir.
- **Diyette lifin etkileri:**
 - 1) Midenin boşalmasını düzenler
 - 2) Bağırsak motilitesini ve yemlerin geçiş hızını normalleştirir
 - 3) GI lümendeki toksinleri tamponlar
 - 4) Fazla suyu tutar
 - 5) Normal GI mikrofloranın gelişimini destekler
 - 6) Mide asidini tamponlar
 - 7) GI lümen içeriğinin viskozitesini değiştirir.

Gastrointestinal Diyet Türleri

3-Düşük yağlı diyetler:

- Yağ içeriği 18-25 g/1000 kcal
- Düşük yağlı diyetler, kusan hayvanlarda pankreas uyarımını azaltmak ve midedeki hareketi hızlandırmak için yararlı olabilir.
- Az yağlı diyetlerde, düşük kalorili besinlerle zenginleştirilmediğinden obezitede kilo kaybı için uygun değildir.
- Kilo verme diyetleri standart diyetlere göre yağ bakımından daha düşüktür, ancak lif içeriği ve kalori yoğunluğu, iştahı zayıf veya kusması olan hayvanlar için uygun olmayabilir.
- Ek olarak, kilo verme diyetleri genellikle gastrointestinal düşük yağlı diyetler kadar düşük yağ içeriğine sahip değildir.

Gastrointestinal Diyet Türleri

4- Hipoalerjenik Diyetler

- Besin alerjilerinin semptomlarını azaltmak için tasarlanan diyetler 2 geniş kategoriye ayrılabilir:
- **1- Yeni protein kaynakları içeren diyetler**
 - (Timsah, bizon, geyik, kanguru, tavşan eti)
 - Alerjik tepkiyi azaltmak için alışılmadık protein ve karbonhidrat içerikleri kullanır
 - Çoğu gıda alerjeni, boyutları 14.000 ila 40.000 Da arasında değişen glikoproteinlerdir.
- **2-hidrolize protein içeren diyetler**
 - Hidrolize proteinler, immünoglobulinlere bağlanamayacak kadar küçük oldukları için antijenik potansiyeli azaltılmış düşük molekül ağırlıklı peptitlerdir (<18.000 Da).
 - Serbest amino asitler alerjen değildir ancak acı tatları ve yüksek ozmolariteleri nedeniyle kullanılamazlar.
 - Piyasada birçok hipoalerjenik diyet vardır.
 - Yeni protein diyetleri reçetesiz veya veteriner reçetesiyle satılmaktadır.

Sindirim Sistemi Hastalıklarında Beslenme Destekleri

- **Probiyotikler:** Canlı mikroorganizmalar
 - *Bifidobacterium* ve *Lactobacillus*'lar bağırsaklarda çoğalması arzu edilen mikroorganizmalardır.
- Probiyotiklerin GI faydaları
 - Bağırsak mikrobiyotasının dengeli ve sağlıklı olmasını sürdürmek,
 - Stres kaynaklı enfeksiyonları veya antibiyotiklerle ilgili diyareyi önlemek
 - İnce bağırsaklarda aşırı bakteri üremesini (small intestinal bacterial overgrowth-SIBO) ve yangısel bağırsak hastalığı (Inflammatory Bowel Disease IBD)'yi kontrol altına almak
 -
 - Tablet, kapsül, toz, likit veya doğrudan mamalara katılan değişik formlar
 - Minimum 10^6 - 10^9 CFU (koloni oluşturan bakteri) içermesi gerekmektedir.

Sindirim Sistemi Hastalıklarında Beslenme Destekleri

- **Prebiyotikler:** Prebiyotikler hayvanların kalın bağırsaklarındaki bazı faydalı bakterilerin büyümesini ve/veya aktivitesini stimüle ederek faydalı etki gösteren sindirilemeyen bileşiklerdir.
- Prebiyotikler bağırsakta yaşayan bazı bakteriler tarafından fermente edilebilmektedir

- Prebiyotik bileşikler

- İnülin
- Fruktooligosakkaritler (FOS),
- Mannanligosakkaritler (MOS)
- Galaktaoligosakkaritler (GOS) ve
- Laktuloz

IBD de: Diyetlerin % 3-7 düzeylerinde lif içermesi önerilmektedir (% 10'u geçmemeli).

Motiliteyi teşvik etmek için fermente olabilir ve fermente olamayan lif arasında bir denge sağlanmalıdır.

Şeker pancarı ve pirinç kepeği orta derecede fermente olabilir lif kaynakları olup kedi ve köpekler için diyetlere ilavesi uygundur.

Sindirim Sistemi Hastalıklarında Beslenme Destekleri

- **Glutamin**
 - Protein metabolizmasında iyileşme
 - İntestinal pankreatik onarım ve rejenerasyon
 - Besin madde Emilimi
 - Bağırsak bariyer fonksiyonları-bakteri translokasyonunu önler- Enterositler için enerji kaynağı
 - Sistemik ve intestinal immün fonksiyon
 - Glutatyon sentezine katılır
 - Ticari enteral beslenme ürünlerinde glutamin düzeyi en az 0.5g/100 kcal olmalıdır.
- - Oral yolla %2 glutamin solüsyonu 0.5g/kgCA/gün
 - Parvoviral enteritli köpeklerde de kullanılabilir.

Akut Gastroenteritisli köpek ve kediler için besinsel değerler

Faktör	Tavsiye edilen düzey
Sodyum	%0.3-0.5
Klor	%0.5-1.3
Potasyum	%0.8-1.1
Yağ	%12-15 köpek (yüksek sindirilebilirlikli mama) %15-25 kedi (yüksek sindirilebilirlikli mama) %8-12 köpek (yüksek lifli mama) %9-18 kedi (yüksek lifli mama)
Enerji yoğunluğu	4-4.5 kcal/g (yüksek sindirilebilirlikli mama) ≥3.2 kcal/g köpek için ≥3.4 kcal/g kedi için
Lif	≤%5 yüksek sindirilebilirlikli mamalar %7-15 yüksek lifli mamalar
Sindirilebilirlik	Protein ≥%87, yağ ve CHO ≥%90 yüksek sindirilebilirlikli mama Protein ve yağ ≥%80, CHO ≥%90 yüksek lifli mama

Kronik İshal

- **Diagnoz**

- Tam kan sayımı inflamasyon, enfeksiyon, endokrin bozukluk
- Serum biyokimyası
- İdrar tahlilleri kronik böbrek yetmezliği

Kronik İshal Diagnoz

- Kronik böbrek yetmezliği
- Hipoadrenokortikotizm
- Ekzokrin pankreas yetmezliği
- Kronik pankreatit
- Kronik böbrek yetmezliğini ekarte etmek için idrar tahlilinden elde edilen özgül ağırlık ile birlikte serum kimyası profiline bakılır
- Hipoadrenokortisizm olan köpeklerde hiperkalemi ve hiponatremi bulunabilir.
- Hipoadrenokortikotizmde Na/K oranı <27
- Hipoadrenokortisizm olduğundan şüphelenilen köpekler,
- serum kortizol konsantrasyonu ve
- ACTH stimülasyon testi ile değerlendirilmelidir.
- Hipoadrenokortisizm, tedavi edilmezse, Addison krizine ve ölüme yol açabilir
- Kronik ishallerde kortizol bakılmalı

Kronik ishal Diagnoz

- Ekzokrin pankreas yetmezliği (EPI) kronik ishale neden olur.
- EPI olan köpeklerde en önemli klinik belirti yumuşak dışkı veya ishal.
- EPI, serum tripsin like immunreaktivity (TLİ) konsantrasyonunun ölçülmesiyle teşhis edilebilir.
- Kronik pankreatitli köpeklerde kronik ishal tek klinik belirti olabilir.
- Kronik pankreatit şüphesi varsa, serum pankreatik lipaz immunreaktivite (PLI) bakılmalıdır

• PLI değerleri

- KEDİ:
 - $\leq 3.5 \mu\text{g/L}$ pankreatit olası değil
 - $3.6-5.3 \mu\text{g/L}$, pankreatitis olabilir 2 hafta sonra tekrar test
 - $\geq 5.4 \mu\text{g/L}$ Yüksek olasılık pankreatit
- KÖPEK:
 - $\leq 200 \mu\text{g/L}$ pankreatit olası değil
 - $201-399 \mu\text{g/L}$, pankreatitis olabilir 2 hafta sonra tekrar test
 - $\geq 400 \mu\text{g/L}$ Yüksek olasılık pankreatit

Kronik ishal Diagnoz

- Kronik ishalleri birçok hastada tam kan sayımı ve serum kimyası normal olabilir veya sadece karaciğer enzim aktivitelerinde hafif yükselme olabilir
- Bu hastalar birincil gastrointestinal hastalık açısından değerlendirilmelidir.
- Serum kobalamin ve folat konsantrasyonları büyük tanısal ve terapötik öneme sahiptir.
- Proksimal ince bağırsak bozukluklarında serum FOLAT konsantrasyonu düşebilirken,
- Distal ince bağırsak bozukluklarında ve EPY'de serum KOBALAMİN konsantrasyonu düşebilir.
- Diffüz ince bağırsak bozukluğu olan hastalarda hem serum folatı hem de kobalamin konsantrasyonları düşebilir. Vit B < 250-260
- İnce bağırsakta aşırı bakteri üremesi (SIBO) olan köpeklerde serum
- KOBALAMİN konsantrasyonunda düşüş FOLAT konsantrasyonunda artış olabilir.



- **Folat:** 400 mg
- *CA* <20kg: 200 mg/gün *CA*
- >20 kg 400mg/gün
- **Kobalamin** <400 ng/L ise Kobalamin takviyesi yapılmalı
- Oral: 12 hafta boyunca günlük doz kedi: 250 µg köpek: 250 - 1000 µg
- Subkutan: 6 hafta boyunca haftada 1 kez kedi: 250 µg Köpek: 250-1500 µg
- Sonra 15 günde 1 kez daha sonra ayda 3 kez.

Analiz	Köpek	Kedi
ALT (U/L)	12-118	10-100
Albumin (g/dL)	2.7-4.4	2.5-3.9
Albumin/globulin ratio	0.8-2.0	0.35-1.5
Alkaline phosphatase (U/L)	5-131	10-50
Amylase (U/L)	219-1,125	100-1,200
AST (U/L)	15-66	10-100
Bilirubin, total (mg/dL)	0.1-0.3	0.1-0.4
BUN (mg/dL)	6-25	14-36
BUN/creatinine ratio	4-27	4-33
Calcium (mg/dL)	8.9-11.4	8.2-10.8
Chloride (mEq/L)	102-120	104-128
Cholesterol (mg/dL)	92-324	75-220
Creatine kinase (U/L)	59-895	20-400
Creatinine (mg/dL)	0.5-1.6	0.6-2.4
Globulin (g/dL)	1.6-3.6	2.3-5.3

Analiz	Köpek	Kedi
GGT (U/L)	1-12	1-10
Glucose (mg/dL)	70-138	50-170
Lipase (U/L)	77-695	10-450
Magnesium (mg/dL)	1.2-1.9	1.1-2.3
Osmolality (mOsm/L)	277-311	299-330
Phosphorus (mg/dL)	2.5-6.0	2.4-8.2
Potassium (mEq/L)	3.6-5.5	3.4-5.6
Protein, total (g/dL)	5.0-7.4	5.2-8.8
Sodium (mEq/L)	139-154	145-158
Triglycerides (mg/dL)	29-291	25-160
WBC count (/u±)	4,000-15,500	3,000-14,800
RBC count (x106 /uL)	4.8-9.3	5.92-9.93
Hemoglobin (g/dL)	12.1-20.3	9.3-15.9
Hematocrit (%)	36-60	29-48

Ürün	Hastalık	
Köpek		
c/d *	Taş (calculi)	Struvit taşlarının tekrar oluşumunu önlemeye yardımcı, yetişkin yaşama payı
d/d	Dermatolojik	Gıda allerjisiyle ilgili dermatitis ya da gastroenteritis
g/d	Geriatrik	Geriatrik köpekler, endokrin yetersizlik,renal ve konjestif kalp hastalıklarının erken dönemleri
h/d	Kalp (heart)	İlerlemiş konjesif kalp yetersizliğinde sodyum ve sıvı retensiyonu, renal ve hepatik hastalıklarda sodyum retensiyonu veya hipertansiyon
i/d	Intestinal	Gastrointestinal hastalıklar (kusma, diyare), post-gastrointestinal cerrahi, karaciğer hastalıkları, pankreas yetersizliği, erken süttten kesme,gaz
k/d	Böbrek (kidney)	Akut ve kronik renal yetersizlik, karaciğer hastalıkları, konjestif kalp hastalığının erken dönemi
p/d	Protein	Zayıflık, malnutrisyon ve eksiklik hastalıkları, iskelet hastalıkları ve kırıklar, reproduksiyon ve büyüme
r/d	Zayıflama (reducing)	Yetişkin köpeklerde obesite, diabetes mellitus,konstipasyon,lenfanjektazi ve kolitis gibi şişman hayvanlarda liflerin sorumlu olduğu hastalıklar
s/d	Struvit	Medikal tedavi ile birlikte struvit taşlarının eritilmesi
u/d	Uremi/ürolitiazis	İlerlemiş renal bozukluk, ilerlemiş karaciğer hastalıkları ve ürat,sistin,okzalat ürolitiazis tedavisi, bakır birikimi hastalığı
w/d	Ağırlık kontrolü (weight)	Normal ağırlıktaki hayvanlarda lif-nedenli hastalıkların tedavisi, daha önce obez olan köpeklerde ağırlık kaybının korunması

Kedi (Feline)		
<u>c</u> /d	<u>C</u> alculi/sistitis	Kedi alt üriner sistem hastalıklarının tedavisine yardım, yetişkin yaşama payı, kedi ve köpekte anoreksi, gastrointestinal bozukluklar
<u>d</u> /d	<u>D</u> ermatolojik	Gıda allerjisiyle ilgili dermatitis ya da gastroenteritis
<u>h</u> /d	Kalp (<u>h</u> earth)	Konjesif kalp yetmezliği, hepatik hastalıklar, ödem, ascites, hipertansiyon
<u>k</u> /d	Böbrek (<u>k</u> idney)	Renal hastalıklar, hepatik hastalıklar,okzalit ürolitiazisinin tedavisi
<u>p</u> /d	<u>P</u> rotein	Zayıflık,malnutrisyon ve eksiklik hastalıkları, iskelet hastalıkları ve kırıklar, gebelik/laktasyon, büyüme
<u>r</u> /d	Zayıflama (<u>r</u> educing)	Yetişkin kedilerde obesite, şişman hayvanlarda konstipasyon, kıl yumakları ve diabetes mellitus gibi liflerin sorumlu olduğu hastalıklar
<u>s</u> /d	<u>S</u> truvit	Medikal tedavi ile birlikte ürolitiaziste struvit taşlarının ve feline ürogenital sendromda kristallerin eritilmesi
<u>w</u> /d	Ağırlık kontrolü (<u>w</u> eight)	Normal ağırlıktaki hayvanlarda lif-nedenli hastalıkların tedavisi, daha önce obez olan kedilerde ağırlık kaybının korunması

örnek: * c / d = calculi / diet

İnce bağırsak ve Kalın bağırsak ıshalı

İnce Bağırsak ıshalı	Kalın bağırsak ıshalı
Dışkı hacminde artış	Normal dışkı hacmi
Normal veya hafif sıklıkta dışkılama (3-5 kez/gün)	Çok sık dışkılama (>5 kez/gün)
Dışkıda yağ	Dışkıda yağ yok
Sindirilmiş kan (siyah renkli)	Doğrudan kan (kırmızı renkli)
Genellikle mukus yok	Dışkıda mukus
Sık sık kusma	Kusma nadir
Ağırlık kaybı	Ağırlık kaybı nadir
Gevşek sulu dışkı	Yumuşak- kısmen şekilliye dışkı

- **İshallerde doğru beslenmeyi belirlemek için ilk soru:**
- **İshal ince bağırsak mı yoksa kalın bağırsak ıshalı mı?**
- Bazı hastalarda hem ince hem de kalın bağırsak karışımı olabilir; bu durumda en iyi diyeti belirlemek için deneme yapmak gerekecektir.
- Bir diyet denemesi yaptığınızda, hastaların genellikle 2-4 hafta içinde yanıt vermesi gerekir; bu süre içinde sonuç alınamıyorsa başka bir diyet denenebilir