

# Ernährungsempfehlung für Leukämiepatienten

## Zustand nach Transplantation des Knochenmarks

Erlaubt	Verboten
<u>Käse</u>	
Hart/Schnittkäse einzeln verpackt (Scheibletten) z. B. Gouda Edamer Butterkäse Tilsiter Schmelzkäse ohne Zusätze Körniger Frischkäse	Schimmelkäse z. B. Gorgonzola, Roquefort  Emmentaler  Ziegenkäse Schafskäse Weichkäse z. B. Camembert Brie Käsesalate mit Mayonnaise Schmelzkäse mit Zusätzen
<u>Milch und Milchprodukte</u>	
H-Milch (alle Fettstufen) Kondensmilch Kaffeesahne (Einzelportionen) Quark ohne Zusatz (Einzelportionen) industriell hergestelltes Eis aus frisch geöffnete Packung oder Einzelportion industriell hergestellter Pudding saure Sahne süße Sahne Jogurt mit Fruchtinseln (kein Steinobst)	frische Vollmilch Buttermilch Jogurt mit Steinobst Eis vom Stand (Kugeleis, Softeis) Kräuterquark
<u>Fette</u>	
Butter (Einzelportionen) Margarine (Einzelportionen) z. B. Deli reform Schmalz ohne Zusätze Pflanzenöle (nicht kaltgepresst) Getreide alle Sorten in gekochter Zubereitung Cornflakes in Einzelpackung	offene Butter Mayonnaise Remoulade Salatsauce kaltgepresste Salatöle  rohe Haferflocken Müsli Kleie Schrot

Erlaubt	Verboten
<u>Brot und Backwaren</u>	
Kuchen und Kekse aus Einzelabpackung frisch gebackene Kuchen, am selben Tag essen Weizen- und Mischbrot Brötchen Knäckebrot Torten mit gekochtem Obst	Brot und Brötchen mit Zusätzen z. B. Mohn, Sesam Kuchen mit frischem Obst, Nüssen, Mandeln, Marzipan, mit Sahne oder Cremefüllung Stollen, Baumkuchen, Bienenstich
<u>Obst und Gemüse</u>	
Orangen Grapefruit, Bananen, Äpfel dick geschält gekochte Früchte  gekochtes Gemüse Apfelmus Birnen, Kiwi, Melonen, Mandarinen	frisches Gemüse frisches Obst (mit Ausnahme – siehe erlaubt) Sauerkraut Salate, saure Gurken, Rohkostsalat, Steinobst, Trockenobst Kartoffelsalat
<u>Zucker/Süßwaren/Genussmittel</u>	
Zucker, Traubenzucker, Süßstoff Marmelade ohne Steinobst Konfitüre, Gelee, Sirup, Bonbons ohne Füllung Gummitiere Schokolade ohne Zusätze (verschleißt) (z. B. Vollmilch oder Bitterschokolade) alles einzeln verpackt	Nussaufstrich, Zigaretten, Alkohol Honig Nüsse, Schokolade, Mandeln gefüllte Bonbons Marzipan Kakaopulver Lakritz
<u>Gewürze</u>	
Ketchup, Portionspackungen Senf, Portionspackungen gekochte Gewürze	frische und getrocknete Kräuter Pfeffer, rohe Zwiebeln roher Knoblauch Mayonnaise
<u>Aufschnitt</u>	
kalter Braten gekochter Schinken, Geflügelwurst Fleischwurst, Mortadella, Bierschinken Jagdwurst, Fleischpastete, Leberwurst Blutwurst, Zungenwurst alles Portionspackungen, frisch geöffnet!	Aufschnitt mit Gurken, Paprika, Pilzen Pistazien, Kräutern, Gemüsesülze roher Schinken, Mett, Tatar Rohwurstsorten: Teewurst, Zwiebelwurst Mettwurst, Salami, Cervelatwurst

# Ernährungsempfehlung für Leukämiepatienten

## Zustand nach Transplantation des Knochenmarks

### Erlaubt

#### Getränke

---

Getränkedosen  
fabrikverschlossene Getränke  
frisch gebrühter Kaffee und Tee  
kalt gerührte Getränke mit frisch geöffnetem Mineralwasser  
Obstsäfte, frisch gepresst  
Fruchtsaftgetränke  
geöffnete Flaschen und Dosen an einem Tag verbrauchen – Rest nach 24 h wegwerfen

### Verboten

alkoholische Getränke, Bier

#### Eier

---

hartgekochte Eier (8 – 10 min)  
Eierstich, Pfannkuchen, Omelett  
Rührei – nur aus frisch gekauften Eiern und 10 min gebraten

rohe Eier und Zubereitungen mit rohen Eiern, weichen Eiern  
Speisen, die mit Eischnee zubereitet wurden

#### Fisch

---

Bratfisch, Kochfisch aus Dosen  
Räucherfisch, gut durchgegart

roher Fisch, Schalen und Krustentiere  
Muscheln, Hummer, Austern  
Fischsalate

#### Fleisch

---

gut durchgegartes Fleisch

rohes Fleisch und halbrohes Mett,  
Tartar, Roastbeef