

Régime hypolipidique

1- Définition du régime hypolipidique

Il s'agit d'une alimentation à teneur réduite en lipides, de digestion bien confortable et qui permet d'épargner les organes endommagés : vésicule biliaire, canaux biliaires, pancréas, voies pancréatiques et foie. L'apport est seulement de 15g de lipide animal.

2- Indication du régime hypolipidique

Le régime hypolipidique est indiqué dans les cas suivants :

- Pancréatite aigüe, pancréatite chronique
- Lithiase biliaire
- Intoxication alcoolique brutale
- Maladies de la vésicule biliaire :
- Dyskinésie biliaire ou « crise de foie »
- Cholécystite
- Cholécystectomie

3- Conseils diététiques en cas de régime hypolipidique :

- La consommation d'alcool est interdite.
- Contrôler l'apport en graisses (éviter les viandes grasses, attention aux préparations du commerce, produits laitiers gras, charcuterie, poisson à l'huile, tout ce qui est en sauce, fritures, pâtisseries...).
- Les matières grasses doivent être consommées au cru (les ajouter après la cuisson ou enfin de préparation)

