



## How to explain PKU in Slovakia

Z medicínskych dôvodov nemôžem konzumovať potraviny, ktoré obsahujú veľké množstvo bielkovín, tj. mäso, ryby, vajíčka, syr a sóju. Rôzne druhy zeleniny, ako sú zemiaky, sladká kukurica, kapusta, strukoviny a obilniny sú povolené len v obmedzenom množstve, ktoré sa musí presne odvážiť. Ovocie, listová zelenina, cukor, marmeláda, olej, maslo, margarín môžem konzumovať bez obmedzenia. Potraviny, nápoje alebo lieky, sladené aspartamom, nie sú povolené. Aby som ostal zdravý, musím dodržiavať túto prísnu diétu a užívať aj špeciálny dietetický prípravok.

*Zopár otázok, ktoré Ti pomôžu:* Táto prísna diéta je nevyhnutná, aby som ostal zdravý

1. Môžete mi, prosím, doniesť len tanier zeleniny?  
Obsahuje toto jedlo mäso, ryby, vajíčka, mlieko, syr?
2. Môžte mi, prosím, doniesť zemiaky, hranolky, opekané zemiaky so zeleninou?
3. Môžte mi, prosím; ponúknuť nejaké ovocie?
4. Môžte mi, prosím, uvariť tieto špeciálne cestoviny?
5. Môžte mi, prosím, pripraviť hrianku z môjho špeciálneho chleba?
6. Môžte mi, prosím, doniesť váhu, aby som si odvážil môj špeciálny dietetický prípravok?
7. Nemôžem konzumovať jedlo a nápoje obsahujúce aspartam.

V prípade náhle potreby., kontaktu;te prosím, najbližšiu nemocnicu.

### Contact:

National PKU Society in Slovakia

Anna Gabariková

Na Sihoti 1170/14

026 01 Dolný Kubín

Slovakia

Tel: +421 (43) 5865388

E-mail: [a.gabarikova@thais.sk](mailto:a.gabarikova@thais.sk)