

## Régime diététique à conseiller aux patients adultes pendant la phase fébrile aiguë de la dengue

*Document établi par le Comité de Liaison pour l'Alimentation et la Nutrition (CLAN) du CHU de Fort de France et validé par le Comité d'Experts des Maladies Infectieuses et Emergentes de Martinique*

### A prendre au minimum 4 fois par jour :

Un bol de soupe de légumes variés, environ 30 cl  
(soupe prête à l'emploi en vente dans les commerces ou recette maison)

Un verre de jus de fruit, environ 15 cl (fruit à choisir selon le goût du patient)

Un verre d'eau gazeuse minéralisée, environ 15 cl

*Ces 3 éléments devront être pris à la suite pour favoriser l'absorption du sel.*

*Ce régime apportera environ 2,5 litres par jour de liquide et environ 8 à 9 g de sel par jour. Le patient pourra par ailleurs boire à sa guise de l'eau gazeuse minéralisée (éviter les eaux sans sodium)*



### Idée de recette pour 1 litre de soupe

- 150 g de pommes de terre
- 100 g de carottes
- 200 g de légumes variés (giraumon, céleri, oignon, haricots verts, poireaux, choux...)

Ajouter 500 ml d'eau du robinet (compléter si besoin afin d'obtenir 1 litre de soupe)

Ajouter une cuillerée à dessert bien pleine de sel fin de cuisine (environ 10 g de sel)

Cuisiner selon vos habitudes.

**Prendre conseil auprès du médecin traitant en cas de régime sans sel  
Reprendre une alimentation normale à la fin de la fièvre.**