

1 - CRITÈRES DE PRESCRIPTION MÉDICALE

- Leucémie aigüe lymphoïde (LAL)
- Leucémie lymphoblastique T (LLT)
- Leucémie aigüe myéloïde (LAM)
- Lymphome de Burkitt
- Lymphome B
- Neuroblastome NMYC+ et métastatique
- Aplasie Médullaire
- Patients sous Blinatumomab
- Post auto et allogreffe
- Post CAR T CELLS

2 - OBJECTIFS

Proposer une alimentation qui limite le développement des germes, la contamination pouvant être de 2 types :

1. Bactérienne : elle concerne les aliments qui peuvent avoir été contaminés de diverses façons : contact manuel, matériel de cuisine souillé, terre...
2. Fongique, et en particulier à *Aspergillus* : cette contamination par inhalation caractérise les aliments porteurs de poussière comme le poivre, les épices, le thé, la tisane, les fruits à peau duveteuse ou rugueuse (kiwis...)

3 - CONSEILS GÉNÉRAUX

- Se laver les mains soigneusement à l'eau et au savon avant les préparations et avant les repas.
- Maintenir un plan de travail et un matériel propre tout le temps de la préparation des aliments.
- Nettoyer la vaisselle au lave-vaisselle ou à la main, la laisser sécher à l'air libre et la ranger dans un placard propre.
- Éviter l'utilisation des torchons
- Nettoyer et désinfecter le réfrigérateur 1 fois tous les 15 jours, ainsi que la porte extérieure dès que nécessaire.
- Nettoyer avec vos produits usuels puis désinfecter à l'eau de javel diluée (comme indiqué sur l'emballage) ou au vinaigre blanc (1/2 verre pour 1 litre d'eau).
- Vérifier la température du réfrigérateur qui doit être comprise entre 4 et 6°C, et la température du congélateur qui doit être de -18°C.
- Respecter les Dates Limites de Consommation des aliments (= DLC)
- Pour les emballages familiaux, se laver les mains avant de se servir et utiliser un ustensile propre. Noter la date d'ouverture et respecter les durées de conservation.
- Nettoyer à l'eau et liquide vaisselle toutes les conserves, bouteilles et canettes avant ouverture ainsi que l'ouvre-boîte.
- Stocker les produits d'épicerie dans des endroits propres et secs.

Alimentation renforcée

FICHE
PARENTS

Patients traités en hématologie-oncologie pédiatrique

- Respecter la chaîne du froid pour les produits surgelés et réfrigérés, les transporter dans un sac isotherme ou une glacière (avec si besoin des pains de glaces ou des blocs réfrigérants).
- La congélation des produits frais (ex : viande, volaille...) et des plats cuisinés « maison » est interdite.
- Les produits surgelés industriels sont autorisés. Ils seront soit cuits directement sans décongélation (four, casserole, poêle), soit décongelés au réfrigérateur (jamais à température ambiante ou sous un filet d'eau) ou éventuellement au micro-ondes. Consommer le repas dans l'heure qui suit la fin de la préparation ou cuisson.
- Consommer les restes des plats cuisinés maisons (ex : quiche, pizza, couscous..) en respectant les règles suivantes :
 - Transvaser en fin de cuisson votre plat encore chaud dans un récipient hermétique.
 - Fermer le récipient, laisser tiédir 10/15 minutes et le mettre dans le réfrigérateur.
- À condition de respecter ces quelques règles, il est possible pendant 24h de consommer les « restes » des plats cuisinés « faits maison » réchauffés ou non.
- La restauration en extérieur (Mac Do, grec, camion ambulant, restaurant traditionnel, ...) est interdite.

Les auteurs déclarent n'avoir aucun conflit d'intérêt avec des établissements produisant ou exploitant des produits de santé ou des organismes intervenant sur ces produits.

	ALIMENTS RECOMMANDÉS	ALIMENTS À ÉVITER	RÈGLES GÉNÉRALES
	<p>Lait UHT et lait pasteurisé Laitages industriels au lait pasteurisé</p>	<p>Lait cru Laitages au lait cru et laitages «maison»</p>	<p>Respecter les Dates Limites de Consommation (DLC). Le lait UHT se conserve 48h au réfrigérateur après ouverture. Le lait pasteurisé se conserve 24h au réfrigérateur après ouverture. Les laitages en format familial se conservent jusqu'à la date de péremption. Utiliser un ustensile propre.</p>
	<p>Fromages au lait pasteurisé en emballages scellés Fromages râpés Fromages à moisissures externes après retrait de la croûte (brie, camembert, chèvre) Fromages aux fines herbes et au poivre</p>	<p>Fromages au lait cru, fromages vendus à la coupe Fromages à moisissures internes (bleu, gorgonzola)</p>	<p>Le fromage en format familial se conserve 4 jours au réfrigérateur après ouverture.</p>
	<p>Toutes les viandes (bœuf, veau, porc, agneau, lapin, poulet ...) Viande non hâchée fraîche du boucher, du supermarché Viande surgelée, en conserve industrielle Viande hâchée surgelée ou sous vide</p>	<p>Viande crue (carpaccio, tartare...), saignante, séchée (viande de grison) ou fumée (crue et cuite) Viande hâchée à la coupe</p>	<p>Toutes les viandes, tous les poissons et tous les œufs doivent être consommés bien cuits «à cœur». La cuisson au barbecue est autorisée, sauf au charbon de bois.</p>
	<p>Charcuteries cuites sous emballages scellés industriels (jambon blanc, blanc de volaille, mortadelle, saucisson à l'ail fumé ou non, saucisse, knacki, pâté, mousse...) Charcuteries en conserve industrielle (foie gras...) Charcuteries nécessitant une cuisson (saucisse, lardons, bacon, chorizo cuit)</p>	<p>Charcuteries à la coupe Toutes les charcuteries consommées crues (saucisson sec, jambon sec, chorizo...) Les rillettes, quel que soit l'emballage</p>	<p>La charcuterie est à consommer immédiatement après ouverture</p>
	<p>Poissons frais, surgelés, en conserve (thon, sardine, maquereau...) Crustacés cuits, en conserve (crevette, langouste, crabe...), en plats préparés industriels surgelés (paëlla...) Surimi en emballage scellé</p>	<p>Poisson cru (sushi, saumon fumé) ou peu cuit Oeufs de poisson, tarama Mollusques et coquillages sous toutes ses formes (moules, huîtres, bigorneaux, noix de Saint-Jacques, praires, bulots, pétoncles)</p>	<p>Les crustacés sont à ré ébouillanter si achetés sur un étalage. Le surimi est à consommer immédiatement après ouverture.</p>
	<p>Oeufs durs et omelettes bien cuites Oeufs dans les préparations cuites (gâteaux, quiche lorraine...) Mousse au chocolat industrielle pasteurisée</p>	<p>Oeufs crus ou insuffisamment cuits (œufs à la coque, pochés, au plat, brouillés) Préparations maisons contenant de l'œuf cru ou peu cuit (mayonnaise maison, mousse au chocolat, crème anglaise, pâtes à la carbonara)</p>	<p>Les oeufs doivent être consommés bien cuits.</p>
	<p>Pain et viennoiserie sans crème, frais, surgelés ou sous vide prêt à cuire Pain fait à la machine à pain Pâtisseries «maison» (sans œufs crus), surgelées, sous vide prêt à cuire Crème pâtissière maison ou industrielle Crème anglaise industrielle Tous les biscuits, céréales petit-déjeuner en format individuel ou familial</p>	<p>Toutes les pâtisseries du boulanger Pâtisseries ou préparations «maison» avec oeuf cru (mousse au chocolat, crème anglaise, tiramisu...)</p>	<p>Pain et viennoiserie sont à consommer dans les 24h et être passés au four 2 minutes à 180°C ou au grille-pain. Pain de mie et viennoiseries industriels se conservent 1 semaine après ouverture. Bien respecter les DLC. Biscuits et céréales petit-déjeuner en format familial se conservent jusqu'à DLC après ouverture, fermer hermétiquement le paquet. Toutes les pâtisseries «maison» cuites sont à consommer dans les 24h. Les pâtisseries surgelées sont à consommer dans les 24h.</p>

ALIMENTS RECOMMANDÉS	ALIMENTS À ÉVITER	RÈGLES GÉNÉRALES
 <p>Tous les féculents frais, secs, en conserves industrielles ou surgelés (pomme de terre, patate douce, pâtes, riz, semoule, lentilles, quinoa...) Toutes les farines (farine de blé, féculé de maïs...)</p>		<p>Les céréales «sèches» : pâtes, riz, semoule, légumes secs, farine...peuvent être conservées après ouverture jusqu'à consommation totale du produit (bien refermer hermétiquement le paquet).</p> <p>Mention spéciale lors de la manipulation de la farine : si l'enfant est présent, il doit porter un masque.</p>
 <p>Tous les fruits et légumes frais, surgelés, en conserve industrielle Les herbes aromatiques Les fruits secs (abricots, pruneaux, raisins secs...) vendus en sachet industriel Les fruits oléagineux vendus grillés, décoquillés et en sachet industriel (cacahuètes grillées, pistaches, amandes, noisettes, noix de cajou...)</p>	<p>Les préparations de légumes et fruits crus ou cuits du traiteur Pamplemousse frais, en jus ou boisson à base de pamplemousse, en raison de possibles interactions médicamenteuses Fruits secs et oléagineux vendus en vrac et avec leurs coques et non grillés Noix sauf dans préparations cuites (brownie...)</p>	<p>Les fruits et légumes frais consommés cuits sont à rincer à l'eau claire avant utilisation. Les fruits, légumes frais et les herbes aromatiques consommés crus sont à décontaminer avant consommation : les rincer à l'eau claire, les faire tremper 15 minutes dans une eau vinaigrée (1/2 verre de vinaigre pour 1 litre d'eau), puis les rincer de nouveau à l'eau claire. Les fruits à peau duveteuse tels que le kiwi, la pêche, l'abricot et l'ananas doivent être tenus à l'écart des autres aliments, décontaminés à part et épluchés par une tierce personne. Les fruits secs sont à consommer après ouverture dans les 24h.</p>
 <p>L'huile, la margarine, le beurre, la crème fraîche industrielle Les pâtes d'arachide, de coco ou beurre de cacahuète industrielles Le ketchup, la mayonnaise et autres sauces industrielles La crème fraîche industrielle pasteurisée et UHT</p>	<p>Beurre et crème fraîche vendus en vrac et / ou au lait cru (motte de beurre, ...) La mayonnaise maison Préparations «maisons» (cornichons...) Poivre, épices, aromates et fines herbes séchés et consommés crus</p>	<p>L'huile, le vinaigre se conservent dans un endroit sec - respecter la DLC. Le beurre et la margarine se conservent au réfrigérateur 15 jours après ouverture. Préférer l'emballage barquette à l'emballage papier. Les vinaigrettes et sauces du commerce (ketchup, moutarde, mayonnaise, ...) se conservent 15 jours au réfrigérateur après ouverture. Préférer un système d'ouverture «vissable». La crème fraîche industrielle se conserve au réfrigérateur après ouverture en respectant la DLC. Les produits dans la saumure (cornichons, olives, ...) se conservent 15 jours au réfrigérateur après ouverture. Le poivre, les épices, les aromates et les fines herbes séchés doivent être utilisés cuits et ajoutés en début de cuisson.</p>
 <p>Tous les produits sucrés industriels Les glaces industrielles en portion individuelle ou familiale</p>	<p>Les confitures, miels, pâte à tartiner artisanaux ou maisons Les glaces artisanales ou «maison» Les glaces en bac vendues en boulangerie ou vendeur ambulant</p>	<p>La confiture se conserve 15 jours au réfrigérateur après ouverture. Le miel et la pâte à tartiner se conservent 15 jours à température ambiante après ouverture. Préférer les petits conditionnements. Les glaces en portion familiale se consomment uniquement à l'ouverture.</p>
 <p>Toutes les eaux en bouteille (de source, minérales, gazeuses...) Jus de fruits, soda, sirop Thé et tisanes</p>	<p>Eau du robinet Jus de pamplemousse, Orangina® et Schweppes agrum® sont interdits (possible interaction médicamenteuse).</p>	<p>Les bouteilles d'eau se conservent 24h après ouverture. Les jus de fruit et soda en format familial se conservent 48h au réfrigérateur après ouverture. Le sirop en format familial se conserve 15 jours au réfrigérateur après ouverture. Utiliser un verre ou une paille pour les boissons en canette et en bouteille. La préparation du thé et de la tisane se fait par une tierce personne et à l'écart de l'enfant.</p>