Recettes santé pour les reins : livres et guides

Le tableau qui suit présente une liste de livres de recettes disponibles actuellement qui conviennent aux personnes atteintes d'insuffisance rénale. Certains des livres ou recettes présentés pourraient ne pas convenir à vos besoins rénaux particuliers.

Notez qu'à l'exception de *Kidney Friendly Cooking*, l'exactitude des renseignements nutritionnels figurant dans ces ouvrages n'a pu être confirmée. Notez également que la plupart sont en anglais.

Informez-vous auprès de votre diététiste pour savoir si une recette ou un de ces livres de cuisine vous convient.

La majorité de ces ressources sont disponibles uniquement en anglais

Titre	Auteurs / autrices	Prix (2018) en $ US ou $ CA e/m = envoi + manutention	Information de commande	Commentaires
Calabash Cookbook for Kidney Health	NKF of Hawaii	15 $ US + 5 $ e/m	Commande en ligne https://kidneyhi.org/cookbook	Les recettes proviennent des diverses cultures et aliments d'Hawaii. Analyse nutritionnelle et conseils pour manger au resto. Convient aux personnes aux stades 4 et 5 de l'IRC.
Cookbook: A Guide for Renal Nutrition	NKF Arizona, édité par Nancee Vander Pluym, DA Édition révisée 2014	Gratuit	Ressource en ligne gratuite www.azkidney.org/cookbook	160 pages, recettes diverses, recettes pour mijoteuse, conseils pour conserver et employer les épices, etc. Disponible en anglais et en espagnol.
Cooking Well: Delicious Everyday Recipes for the PKD Family	Jacob Taylor, DA	15 $ US + +/- 20 $ US e/m	PKD Foundation https://pkdcure.org/wp-content/uploads/2019/06/cooking_well_final_full-copy.pdf	Présente des recettes convenant à la PKD* pour aider patients et familles à faire des choix sains sans sacrifier le goût. PKD = maladie polykystique rénale
Everyday Eating Cookbook	Conseil de l'Illinois sur la nutrition, 2e édition	Gratuit	Commander un exemplaire par courriel avec votre nom et adresse à kidney@nkfi.org	94 recettes saines pour les reins, analyses nutritionnelles et aliments de substitution. Comprend une section pour les enfants.

Recettes santé pour les reins : livres et guides

Titre	Auteurs / autrices	Prix (2018) En $ US ou $ CA e/m – envoi + manutention	Information de commande	Commentaires
Healthy Eating for Life Cookbook	Collaboration de La Fondation canadienne du rein, l'Association canadienne du diabète, la Fondation des maladies du cœur, entre autres	Gratuit	Ressources gratuites en ligne https://www.kidneycommunitykitchen.ca/dietinformation/external-resources/ (en anglais et en chinois)	Conseils sur les achats d'épicerie et sur la lecture des étiquettes et des listes d'ingrédients. Six sections avec codes de couleurs comprenant des recettes de cuisine chinoise convenant à des problèmes médicaux particuliers. **Section bleue (p. 40-46) de La Fondation canadienne du rein**. Notez que les recettes des 5 autres sections pourraient ne pas convenir à des malades rénaux.
Kidney Cooking **3 guides** **+ *Rock the crock***	Dialysis Clinic, Inc. 2015	Gratuit	Ressource en ligne gratuite www.dciinc.org/recipes Voir aussi *Rock the Crock* : des recettes santé pour les reins pour mijoteuse sur cette même page Web.	90 recettes recueillies auprès de patients, familles et personnel de cliniques de dialyse. Recettes choisies pour convenir aux personnes sous dialyse ainsi qu'aux familles et amis. Recettes pour l'Action de grâce et les Fêtes également disponibles sur le site.
Kidney Cooking: A Family Recipe Book for Kidney Patients	Conseil sur la nutrition rénale de la Géorgie, NKF 3e édition, 2013	Gratuit	Ressource en ligne gratuite www.kidney.org/sites/default/files/docs/kidney_cookbook_lr.pdf	Recettes proposées et testées par des diététistes en santé rénale et des patient.e.s de toute la Géorgie. Convient à toutes les personnes aux fonctions rénales diminuées. Comprend une section « recettes pour enfants » et des analyses nutritionnelles.
Kidney Friendly Cooking for People with Chronic Kidney Disease	CAND Association des diététistes en néphrologie 2015	Exemplaire imprimé 35 $ CA (taxes + e/m compris) Copie électronique 15,50 $ CA + taxes	Imprimé (formulaire de commande) www.renalrd.ca/home Copie électronique : www.dietitians.ca/store	Écrit par une équipe de diététistes, ce livre de recettes est conçu pour des personnes à tous les stades de l'insuffisance rénale. Alimentation conviviale pour les reins et conseils pour relever la saveur des repas. Analyses nutritionnelles confirmées par CAND.

Recettes santé pour les reins : livres et guides

Titre	Auteurs / autrices	Prix (2018) En $ US ou $ CA e/m – envoi + manutention	Information de commande	Commentaires
Livre de recettes pour la santé rénale	La Fondation canadienne du rein	Gratuit	Ressource en français en ligne gratuite Cuisine et santé rénale	Répertoire de recettes saines pour les reins approuvées par des diététistes. Consultable par catégories ou par types de régimes. Comprend des analyses nutritionnelles.
Kidney Kitchen	American Kidney Fund	Gratuit	Ressource en ligne gratuite https://kitchen.kidneyfund.org/	Répertoire à consulter : recettes, vidéos de recettes et guides alimentaires.
Let's Eat! Kidney Friendly Recipes	Programme rénal du Manitoba Volumes 1 et 2 (éd. 2011 et 2018)	Gratuit	Ressource en ligne gratuite https://www.kidneyhealth.ca/wp/patients-and-caregivers/nutrition/kidney-friendly-cookbooks/	Deux livres offrant plus de 200 recettes. Vol. 1 propose le calcul de l'échange rénal pour chaque recette. Vol. 2 contient l'analyse nutritionnelle de chaque recette, en plus de recettes de plats "ethniques" et de gibiers.
Recipes from DaVita	Diététistes en néphrologie de DaVita	Gratuit	Ressource en ligne gratuite www.davita.com/recipes	Des centaines de recettes pour patient.e.s insuffisants rénaux en dialyse ou pas, et diabétiques. Analyses nutritionnelles, échanges rénaux et conseils utiles. À parcourir par catégories.
Recipes from Fresenius	Fresenius Medical Care	Gratuit	Ressource en ligne gratuite www.freseniuskidneycare.com/eating-well	79 recettes de diététistes en nutrition rénale et du chef Aaron McCargo Jr. Convient aux personnes atteintes d'ICR ou en dialyse.
Renal Diet Cookbook for the Newly Diagnosed: **The Complete Guide to Managing Kidney Disease et Avoiding Dialysis**	Susan Kogheib, DA, 2017	23,50 $ CA et plus	Informations auprès des librairies ou en ligne	Propose des menus hebdomadaires et des listes d'épicerie. Comprend 100 recettes et leurs infos nutritionnelles – Ne peut prévenir la dialyse contrairement aux prétentions du titre. Pour les personnes aux stades 1-4 de l'IRC peut contribuer à ralentir ou éviter la progression vers le stade 5.

Recettes santé pour les reins : livres et guides

Titre	Auteurs / autrices	Prix (2018) En $ US ou $ CA e/m – envoi + manutention	Information de commande	Commentaires
***Renal Diet Cookbook:* The Low Sodium, Low Potassium, Healthy Kidney Cookbook**	Susan Kogheib, DA Livre de poche – 2015	21,77 $ CA et plus	Informations auprès des librairies ou en ligne	Comprend plus de 125 recettes à faible teneur en sodium et potassium. Plan de repas de 28 jours et listes d'épicerie pour aider à ralentir la progression de la maladie rénale. L'analyse nutritionnelle comprend : protéines, énergie, sodium, potassium et phosphore. Réponses aux questions fréquentes sur la gestion de l'insuffisance rénale chronique.
***Rock the Crock* Renal Friendly Slow Cooker Recipes**	Dialysis Clinic, Inc. Clinique de dialyse pédiatrique du Texas central 2013	Gratuit	Ressource en ligne gratuite www.dciinc.org/recipes	Recettes préparées à l'aide d'une mijoteuse et modifiées pour répondre aux besoins des personnes en dialyse.
Osez les saveurs! **Ajoutez du piquant à votre régime rénal** 1re éd. automne 2008	Elke Henneberg, Éditrice en collab. avec des diététistes agréés et des chefs cuisiniers	Gratuit	Ressource en ligne gratuite https://www.osezlessaveurs.ca/ Demandez à votre diététiste en santé rénale si des copies imprimées sont disponibles (dépend des commandites)	Série de livrets de recettes et de conseils aux personnes en dialyse. Publiés grâce à des subventions sans restriction de commanditaires. Disponible en français et en anglais.
Savoir Quoi manager- Santé rénale	Roxanne Papineau, Dt. P., nutritionniste en néphrologie	24.95 CA	Savoir quoi manger - Santé rénale - 21 jours de menus (groupemodus.com)	Conçu par la nutritionniste Roxanne Papineau, ce guide vous permettra de : • comprendre les enjeux des maladies rénales et l'importance d'une alimentation adaptée; • prévenir l'insuffisance rénale, son évolution et ses complications; • modifier facilement vos habitudes alimentaires grâce à des recommandations simples et de

Recettes santé pour les reins : livres et guides

				nombreux conseils pratiques; • planifier votre alimentation en suivant les menus spécialement élaborés; • cuisiner de bons repas pour préserver votre fonction rénale et améliorer votre état de santé.
The Vegetarian Diet for Kidney Disease **Preserving Kidney Function with Plant-Based Eating**	Joan Brookhyser Hogan, DA 2e édition, 2010	13,05 $ US ou 18,99 $ CA et plus	Informations auprès des librairies ou en ligne	Recommandations nutritionnelles pour différents stades de la perte de fonction rénale. Comprend plusieurs tableaux donnant la valeur nutritive de différents groupes alimentaires. 37 recettes conçues pour les personnes souffrant d'IRC ou quiconque a une alimentation végétarienne.
The Complete Renal Diet Cookbook	Emily Campbell Dt. P., nutritionniste en néphrologie, EAD, M.ScANCe	24.54 $	Informations auprès des librairies ou en ligne	Tout ce que vous devez savoir pour gérer la maladie rénale chronique par le biais de l'alimentation, y compris des plans de repas par étape, 95 recettes et des informations nutritionnelles.

Référence : National Kidney Foundation (États-Unis) -- Liste de livres de cuisine destinés aux personnes atteintes de maladies rénales (février 2017) https://www.kidney.org/atoz/content/list-cookbooks-kidney-patients consulté en avril 2018.