

Медицинские диеты (столы)

Выполнила : Тораева Феруза 022 группа



В лечебно-профилактических и санаторно-курортных учреждениях используют традиционную номерную систему диет Певзнера для питания при определённых заболеваниях. Данный тип разделения диет в лечебных учреждениях был с недавнего времени заменен делением диет на 4 группы, в которые вошли все представленные ниже диеты. Некоторые диеты известны в нескольких вариантах (напр. №7а,7б,7в,7г).

Диета № 1, № 1а, № 1б

Диета № 2

Диета № 3

Диета № 4, № 4а, № 4б, № 4в

Диета № 5, № 5а

Диета № 6

Диета № 7, № 7а, № 7б

Диета № 8

Диета № 9

Диета № 10

Диета № 11

Диета № 12

Диета № 13

Диета № 14

Диета № 15



Диета № 1, № 1а, № 1б

Показания:

- язвенная болезнь желудка и двенадцатиперстной кишки в период выздоровления после резкого обострения и при нерезком обострении;
- нерезкое обострение хронического гастрита с сохраненной или повышенной секрецией;
- острый гастрит в период выздоровления.

Продолжительность — 3—5 месяцев.

Цель назначения:

умеренное химическое, механическое и термическое щадение желудочно-кишечного тракта при полноценном питании, уменьшение воспаления, улучшение заживления язв, нормализация секреторной и двигательной функций желудка.

Общая характеристика:

по калорийности, содержанию белков, жиров и углеводов физиологически полноценная диета. Ограничены сильные возбудители секреции желудка, раздражители его слизистой оболочки, долю задерживающиеся в желудке и трудно перевариваемые продукты и блюда. Пищу готовят в основном протертой, сваренной в воде или на пару. Отдельные блюда запекают без корочки. Рыба и негрубые сорта мяса допускаются куском. Умеренно ограничена поваренная соль. Исключены очень холодные и горячие блюда

Диета № 2

Показания:

- 1) хронический гастрит с секреторной недостаточностью при нерезком обострении и в стадии выздоровления после обострения;
- 2) острые гастриты, энтериты, колиты в период выздоровления как переход к рациональному питанию;
- 3) хронические энтериты и колиты после и вне обострения без сопутствующих заболеваний печени, желчных путей, поджелудочной железы или гастрита с сохраненной или повышенной секрецией.

Цель диеты :обеспечить полноценным питанием, умеренно стимулировать секреторную функцию органов пищеварения, нормализовать двигательную функцию желудочно-кишечного тракта.

Общая характеристика диеты :физиологически полноценная диета с умеренным механическим щадением и умеренной стимуляцией секреции пищеварительных органов. Разрешены блюда разной степени измельчения и тепловой обработки - отварные, тушеные, запеченные, жареные без образования грубой корочки (не панировать в сухарях или муке). Протертые блюда - из продуктов, богатых соединительной тканью или клетчаткой. Исключают: продукты и блюда, которые долго задерживаются в желудке, трудно перевариваются, раздражают слизистую оболочку желудочно-кишечного тракта, очень холодные и горячие блюда

Диета № 3

Показания:

хронические заболевания кишечника с запорами при нерезком и затухающем обострении и вне обострения.

Цель диеты : нормализация нарушенных функций кишечника и связанных с этими нарушениями обменных процессов в организме.

Общая характеристика диеты № 3:

физиологически полноценная диета с включением продуктов и блюд, усиливающих двигательную функцию и опорожнение кишечника (овощей, свежих и сушеных плодов, хлебопродуктов, круп, кисломолочных напитков и др.). Исключение продуктов и блюд, усиливающих брожение и гниение в кишечнике и отрицательно влияющих на другие органы пищеварения (богатые эфирными маслами, жареные изделия и др.). Пищу готовят в основном неизмельченной, варят в воде или на пару, запекают. Овощи и плоды в сыром и вареном виде. В диету включают холодные первые и сладкие блюда, напитки.

Режим питания при диете :

4-6 раз в день. По утрам желательны холодная вода с медом или соки плодов и овощей; па ночь: кефир, компоты из свежих или сухих фруктов, свежие фрукты, чернослив.

Диета № 4, № 4а, № 4б, № 4в

Показания к диете №4 Острые и хронические заболевания кишечника в период профузного поноса и резко выраженных диспепсических расстройств, состояние после операции на кишечнике.

Целевое назначение диеты № 4 Максимальное механическое и химическое щадение кишечника, снижение в нем бродильных процессов.

С помощью этой диеты производится ограничение в рационе химических, механических и термических раздражений на кишечник. Диета показана при заболеваниях кишечника, протекающих с поносами: дизентерии, гастроэнтеритах в период обострения, хронических колитах в стадии обострения.

Общая характеристика диеты №4 Диета с нормальным количеством белка, ограничением жиров и углеводов до нижней границы нормы. Целью этой диеты является путем максимального механического и химического глажения слизистой оболочки кишечника уменьшить воспалительные изменения слизистой оболочки кишечника.

Все блюда отваривают или готовят на пару и протирают. Исключают продукты и блюда, усиливающие процессы брожения и гниения в кишечнике, в частности, молоко, сладости, бобовые, грубую клетчатку (свежие овощи, зелень, фрукты и ягоды), все блюда, стимулирующие желчеотделение, секрецию желудка и поджелудочной железы (соусы, пряности, закуски). Режим питания дробный - 5-6 раз в день.

Диета № 5, № 5а

Показания:

- 1) острые гепатиты и холециститы в стадии выздоровления;
- 2) хронический гепатит вне обострения;
- 3) цирроз печени без ее недостаточности;
- 4) хронический холецистит и желчнокаменная болезнь вне обострения.

Во всех случаях - без выраженных заболеваний желудка и кишечника

Цель назначения диеты : химическое щажение печени в условиях полноценного питания, способствовать нормализации функций печени и деятельности желчных путей, улучшить желчеотделение.

Общая характеристика диеты : физиологически нормальное содержание белков и углеводов при небольшом ограничении жиров (в основном тугоплавких). Исключают продукты, богатые азотистыми экстрактивными веществами, пуринами, холестерином, щавелевой кислотой, эфирными маслами и продуктами окисления жиров, возникающими при жаренье. Повышено содержание липотропных веществ, клетчатки, пектинов, жидкости. Блюда готовят отварными, запеченными, изредка - тушеными. Протирают только жилистое мясо и богатые клетчаткой овощи: муку и овощи не пассеруют. Исключены очень холодные блюда.

Режим питания при диете :

5 раз в день.

Диета № 6

Показания:

- 1) подагра;
- 2) мочекаменная болезнь с образованием камней из солей мочевой кислоты (уратурия).

Цель назначения : способствовать нормализации обмена пуринов, уменьшению образования в организме мочевой кислоты и ее солей, сдвигу реакции мочи в щелочную сторону.

Общая характеристика : исключение продуктов, содержащих много пуринов, щавелевой кислоты; умеренное ограничение натрия хлорид, увеличения количества ошелачивающих продуктов (молочные, овощи и плоды) и свободной жидкости (при отсутствии противопоказаний со стороны сердечно-сосудистой системы). Небольшое уменьшение в диете белков и жиров (в основном тугоплавких), а при сопутствующем ожирении - и углеводов. Кулинарная обработка обычная, исключая обязательное отваривание мяса, птицы и рыбы. Температура пищи обычная .

Режим питания при диете :

4 раза в день, в промежутках и натошак - питье.

Диета № 7, № 7а, № 7б – острый и хронический нефрит (пиелонефрит)

Показания к диете: Острый диффузный гломерулонефрит, в период выздоровления (с 3-4-го дня от начала болезни), хронический нефрит вне обострения.

В первые 3-4 дня от начала заболевания рекомендовано проведение контрастных дней (сахарный, картофельный, тыквенный, арбузный дни).

Целевое назначение диеты : Создание благоприятных условий для функции почек при их воспалительном поражении, повышение эффективности лечения за счет улучшения обменных процессов в тканях почек и других органов, противоаллергического действия, улучшения мочеотделения.

Щажение функции почек, снижение АД, уменьшение отеков, восстановление водно-электролитного баланса.

Общая характеристика диеты №7 Диета с небольшим ограничением белков, физиологической нормой жиров и углеводов, исключением поваренной соли (пищу готовят без соли и не выдают соль больному). Жидкость ограничивают до 0,8 л. Исключают экстрактивные вещества. Повышено содержание витаминов. Режим питания дробный, 5-6 раз в день.

Кулинарная обработка - разнообразная (в отварном, паровом, запеченном виде, жаренье разрешается). Температура блюд обычная.

Представляет собой следующий после разгрузочных дней и диеты № 7б стол, целью которого является умеренное щажение функций почек. Этот стол является переходным этапом к повседневному питанию.

Диета № 8

Показания к применению:

Лицам, страдающим ожирением, рекомендован стол № 8 (8а, 8б) - сбалансированная диета для уменьшения подкожной жировой клетчатки и улучшения обмена веществ. Диета показана больным ожирением при отсутствии заболеваний органов пищеварения, печени и сердечно-сосудистой системы, требующих специальных режимов питания.

Цель: снижение массы тела, восстановление нарушенного липидного обмена и водно-электролитного баланса.

В диете используются низкокалорийные продукты с пониженным содержанием жира и простых углеводов.

На фоне диеты № 8 назначают контрастные (разгрузочные) дни – яблочный, кефирный, овощной, мясной и др. с калорийностью 600–1000 ккал.

В условиях стационара при тяжелой степени ожирения (IV–V) назначают диету с энергетической ценностью в 1200 ккал.

Общая характеристика: легкоусвояемых. и в меньшей степени - жиров (в основном животных) при нормальном или незначительно повышенном содержании белка. Ограничение свободной жидкости, натрия хлорида и возбуждающих аппетит продуктов и блюд. Увеличение содержания пищевых волокон. Блюда готовят вареные, тушеные, запеченные. Жареные, протертые и рубленые изделия нежелательны. Используют заменители сахара для сладких блюд и напитков (ксилит и сорбит учитывают в калорийности диеты).

Температура блюд обычная.

Диета № 9

Показания:

- 1) сахарный диабет легкой и средней тяжести: больные с нормальной или слегка избыточной массой тела не получают инсулин или получают его в небольших дозах (20-30 ЕД);
- 2) для установления выносливости к углеводам и подбора доз инсулина или других препаратов.

Цель назначения:

способствовать нормализации углеводного обмена и предупредить нарушения жирового обмена, определить выносливость к углеводам, т. е. какое количество углеводов пищи усваивается.

Общая характеристика:

диета с умеренно сниженной калорийностью за счет легкоусвояемых углеводов и животных жиров. Белки соответствуют физиологической норме. Исключены сахар и сладости. Умеренно ограничено содержание натрия хлорида, холестерина, экстрактивных веществ. Увеличено содержание липотронных веществ, витаминов, пищевых волокон (творог, нежирная рыба, морепродукты, овощи, фрукты, крупа из цельного зерна, хлеб из муки грубого помола). Предпочтительны вареные и запеченные изделия, реже - жареные и тушеные. Для сладких блюд и напитков - ксилит или сорбит, которые учитывают в калорийности диеты. Температура блюд

Диета № 10

Показания - заболевания сердечно-сосудистой системы с недостаточностью кровообращения (Пороки сердца, кардиосклероз, гипертоническая болезнь с не резко выраженными признаками недостаточности кровообращения).

Целевое назначение - Создание наиболее благоприятных условий для кровообращения при одновременном полном обеспечении потребности организма в пищевых веществах и энергии.

Общая характеристика - Представляет собой полноценную диету с ограничением потребления поваренной соли и жидкости. Эта диета нашла широкое применение и используется при заболеваниях сердечно-сосудистой системы в состоянии компенсации и субкомпенсации, гипертонической болезни, атеросклерозе и заболеваниях почек.

Диета с ограничением поваренной соли и жидкости, веществ и напитков, возбуждающих деятельность ЦНС и сердечно-сосудистой системы и раздражающих почки (алкоголь, крепкий чай и кофе, острые, соленые закуски и приправы).

Приемы пищи должны быть регулярными, небольшими по объему и частыми (не реже 4-5 раз в день), последний прием пищи необильный за 2-3 часа до сна.

Диета № 11

Показания:

- 1) туберкулез легких, костей, лимфатических узлов, суставов при нерезком обострении или его затухании, при пониженной массе тела;
- 2) истощение после инфекционных болезней, операции, травм. Во всех случаях - при отсутствии поражений органов пищеварения. Разработаны варианты диеты № 11 учетом локализации и характера туберкулезного процесса, состояния органов пищеварения, наличия осложнений.

Цель назначения диеты:

улучшить состояние питания организма, повысить его защитные силы, усилить восстановительные процессы в пораженном органе.

Общая характеристика диеты № 11:

диета повышенной калорийностью с преимущественным увеличением содержания белков, особенно молочных, витаминов, минеральных веществ (кальций, железо и др.), умеренным увеличением количеств жиров и углеводов. Кулинарная обработка и температура пищи обычные.

Диета № 12

Показания:

Заболевания нервной системы функционального типа

Цель

Восстановление нормальной работы нервной системы

Общая характеристика :

Для снижения нагрузки на систему в диете урезано количество углеводов и жиров, поваренной соли, исключены продукты, возбуждающие нервную систему (кофе, алкоголь, острая и жареная пища), а количество положительно влияющих продуктов, насыщенных фосфорными солями, увеличено (печень, бобы, молоко и молочные продукты).

Химический состав и калорийность диетического стола 12

Белки - 80-90г, из них 55-60% приходится на белок животного происхождения.

Углеводы - 350г

Жиры - 70 г, 30% составляют растительные.

Соль поваренная - 6 г

Калорийность - 2300-2400 ккал

Режим питания при диете 12

5 раз в день.

Диета № 13

Показания

острые инфекционные заболевания.

Цель

Цель назначения диеты - поддержание общих сил организма и повышение его сопротивляемости инфекции, уменьшение интоксикации, щажение органов пищеварения в условиях лихорадочного состояния и постельного режима.

Общая характеристика.

Диета пониженной энергоценности за счет снижения жиров, углеводов и в меньшей степени - белков; с повышенным содержанием витаминов и жидкостей. При разнообразии продуктового набора предпочтительны легкоперевариваемые, не способствующие метеоризму и запорам продукты и блюда. Исключены источники грубой клетчатки, жирные, соленые, трудноперевариваемые продукты и блюда. Пищу готовят в рубленом и протертом виде, варят в воде или на пару. Блюда подают горячими (не ниже 55-60° С) или холодными (не ниже 12° С). Режим питания: 5-6 раз в день небольшими порциями.

Химический состав и энергетическая ценность диеты.

Химический состав диеты: белки - 70 г (60-70 % животные, особенно молочные), жиры - 60-70 г (15 % растительные), углеводы - 300 г (30 % легкоусвояемые), поваренная соль - 8-10 г (увеличивают количество при сильном потении, обильной рвоте), свободная жидкость - 2л и больше.

Энергоценность диеты - 2000-2100 ккал.

Диета № 14

Показания

Показания для назначения диеты - мочекаменная болезнь со щелочной реакцией мочи и выпадением осадка фосфорно-кальциевых солей (фосфатурия) почечнокаменная болезнь с отхождением камней, состоящих преимущественно из оксалатов.

Цель .

Цель назначения диеты - восстановление кислой реакции мочи и создание тем самым препятствия для образования осадка.

Общая характеристика .

По энергоценности, содержанию белков, жиров и углеводов рацион соответствует физиологическим нормам; диета ограничивает продукты ощелачивающего действия и богатые кальцием (молочные, большинство овощей и плодов); преобладают продукты, изменяющие реакцию мочи в кислую сторону (хлеб и мучные изделия, крупа, мясо, рыба). Кулинарная обработка и температура пищи обычные. При отсутствии противопоказаний рекомендуется обильное питье.

Режим питания: 4 раза в день, в промежутках и натошак - питье.

Химический состав и энергетическая ценность диеты.

Химический состав диеты: белки - 70 г, жиры - 80 г, углеводы - 350-400 г, поваренная соль - 10-12 г, свободная жидкость - 1,5-2,5 л. Энергоценность диеты - 2500 ккал

Диета № 15

Показания:

- 1) различные заболевания, не требующие специальных лечебных диет и без нарушений состояния пищеварительной системы;
- 2) переходная диета к обычному питанию в период выздоровления и после пользования лечебными диетами.

Цель :

обеспечить физиологически полноценным питанием в условиях больницы.

Общая характеристика :

калорийность и содержание белков, жиров и углеводов почти полностью соответствуют нормам питания для здорового человека, не занятого физическим трудом. Витамины вводят в повышенном количестве. Допускаются все способы кулинарной обработки пищи. Температура пищи обычная. Из диеты исключают наиболее трудноперевариваемые и острые продукты.

Химический состав и калорийность диетического стола № 15:

углеводы - 400 г;
белки - 90-95 г (55% животные),
жиры - 100-105 г (30% растительные),
калории - 2800-2900 ккал,
свободная жидкость - 1,5-2 л,
натрия хлорид - 15 г.