

Диета терапия при заболеваниях легких.

Подготоила:Ходжаева Ф

Группа :31-02 ОМ

Приняла :

Диета при бронхиальной астме

- Диета № 9 при **бронхиальной астме** применяется при лечении пациентов с данным аллергическим заболеванием. Цель диетического стола № 9 при бронхиальной астме
- Целью диеты № 9 при бронхиальной астме является нормализация обмена веществ, облегчение симптомов и приступов заболевания.
- Общая характеристика диетического стола № 9 при бронхиальной астме
- Диета № 9 при бронхиальной астме удовлетворяет физиологические потребности человека в пищевых веществах и энергии. Калорийность рациона нормальная, простые углеводы исключены, экстрактивные вещества умеренно ограничены. Пищу готовят на пару, в отварном или запеченном виде. Допустимо тушение. Диета № 9 при бронхиальной астме предусматривает дробный режим приема пищи 4–5 раз в сутки.
- Химический состав и энергоценность диетического стола № 9 при бронхиальной астме
- **Белки:** 100–130 г.
Жиры: 85 г.
Углеводы: 300 г (простые углеводы исключены).
Суточная калорийность: 2 600 – 2 700 ккал.
Свободная жидкость: 1,5–1,8 л.
Поваренная соль: 8–10 г.
Оптимальная температура блюд: от 15 до 65 градусов Цельсия.

- **Рекомендуемые продукты и блюда диетического стола № 9 при бронхиальной астме**

- **Хлеб:** цельнозерновой, с отрубями, диабетические сорта.

Супы: любые супы на слабом мясном бульоне или слабом бульоне из птицы.

Мясные блюда: нежирные говядина, телятина, а также индейка, кролик отварные или запеченные куском; курица – с осторожностью, ограниченно.

Рыбные блюда: нежирные сорта рыбы отварные куском.

Гарниры: рекомендованы любые овощи в сыром виде, отварные, запеченные, тушеные; ограничивают картофель; крупы в виде каш умеренно.

Молочные продукты: с осторожностью при отсутствии аллергии на молоко; творог (свежий или в блюдах), кисломолочные напитки, сыр.

Яйца: ограниченно при отсутствии аллергии.

Закуски: заливное, овощные салаты.

Сладкие блюда: несладкие фрукты и ягоды в свежем виде; сахар исключен, кондитерские изделия сильно ограничены.

Напитки: чай с молоком и без, отвар шиповника, несладкие соки, минеральная вода.

Жиры: свежее растительное масло, сливочное масло.

- **Исключаемые продукты и блюда диетического стола № 9 при бронхиальной астме**

- Из рациона следует исключить жареные блюда, мучные изделия из пшеничной муки высшего сорта, сдобную выпечку, шоколад, какао, кофе, варенье, мед, кондитерские изделия, некоторые фрукты и ягоды (бананы, виноград, изюм, инжир, цитрусовые, клубнику, малину, финики), а также соки из них, жирное мясо, птицу, сало, ливер, кулинарные жиры, крепкие мясные, рыбные и грибные бульоны, соленую рыбу, копчености, крупы, соленья, консервы, маринады, острые закуски, приправы, соусы, пряности и специи. Также исключают сладкие и алкогольные напитки.

Диета при пневмонии

Диета № 11 Давно не секрет, что все лечебные диеты имеют свой порядковый номер. Номер диеты при пневмонии – 11. И этот стол содержит в себе все необходимые для скорейшего выздоровления продукты. Кстати, диету с этим же номером назначают при туберкулезе. Общая калорийность этого лечебного стола составляет 3500 кКал и достигается за счет высокого содержания белка. Перед тем, как начинать диету, врачи рекомендуют сделать очистительную клизму или использовать более щадящий метод очистки организма – слабительное. Диета при пневмонии В условиях тяжелого протекания заболевания в первые несколько дней есть смысл сделать упор на жидкий рацион, в основе которого будут: Минеральная вода без газа. Слабые бульоны из птицы или мяса с низким содержанием жира. Сладкий чай с лимоном. Нежирные кисломолочные продукты. Свежевыжатые овощные и фруктовые соки. Отвар шиповника. В дальнейшем можно разнообразить рацион, добавив в меню супы на основе мясных или овощных бульонов с добавлением макаронных изделий, овсяной, манной и рисовой круп. Далее в питание больного добавляют отварную рыбу и мясные суфле, яйца, сваренные всмятку, протертый со сливками творог, печеные яблоки и фруктовые или овощные пюре.

Для того чтобы у организма было достаточно сил для борьбы с инфекцией, он должен получать достаточно белка. Рассчитать необходимое количество просто – 1 грамм белка на 1 килограмм массы тела больного. При этом очень важно соблюдать баланс жиров – около 60 процентов жиров должны иметь животное происхождение (сливочное масло, сыр, молоко, яйца, нежирное мясо, рыба и т. д.). Если же течение болезни тяжелое, и больной вынужден соблюдать постельный режим, то общую калорийность рациона необходимо снизить до 1900-2100 ккал. Если соблюдается диета при пневмонии, стол должен быть разнообразным, но не обильным. Критично важно снизить потребление соли, обогатить рацион витаминами А и С и наладить достаточный питьевой режим. Страдающему от интоксикации организму просто необходимо достаточное количество жидкости – от полутора до двух литров в день. Особенно актуальными в период лечения пневмонии станут напитки, содержащие в себе достаточное количество аскорбиновой кислоты. Это чай с сахаром и лимоном, отвары шиповника, кисло-сладкие фруктовые соки. Кисломолочные напитки в составе лечебной диеты при пневмонии помогут восстановить микрофлору кишечника больного. Общие рекомендации – это дробное питание, легкоусвояемые продукты, не вызывающие запоры или вздутие, и никакой жареной пищи. Ослабленному больному еду лучше подавать в протертом виде.

Диета при ХОБЛ

- Диета стол №11 или №15. В диете предусмотрено ограничение свободной жидкости, что способствует уменьшению количества отделяемой мокроты и щадящему режиму для сердечно-сосудистой системы. Она направлена на уменьшение интоксикации и повышение защитных сил организма, улучшение регенерации эпителия дыхательных путей, уменьшение экссудации в бронхах.
- Рекомендуется диета с достаточно высокой энергетической ценностью (2600-3000 ккал) с повышенным содержанием полноценных белков - 110-120 г (из них не менее 60 % животного происхождения), с квотой жиров 80-90 г и содержанием углеводов в пределах физиологической нормы 350-400 г.

- При обострении заболевания количество углеводов уменьшают до 200-250 г в сутки.
- Предусматривается увеличение продуктов, богатых витаминами. Особенно важны витамины А, С, группы В. С целью обогащения диеты в рацион вводятся отвары пшеничных отрубей и шиповника, печень, дрожжи, свежие фрукты и овощи, их соки. Улучшению аппетита способствуют включение овощей, фруктов, ягод и соков из них, мясных и рыбных бульонов. Ограничение поваренной соли до 6 г оказывает противовоспалительный эффект, уменьшает экссудацию, задержку жидкости в организме и тем самым препятствует развитию легочного сердца