

С.Ж.АСФЕНДИЯРОВ  
АТЫНДАҒЫ ҚАЗАҚ ҰЛТТЫҚ  
МЕДИЦИНА УНИВЕРСТЕТИ



КАЗАХСКИЙ НАЦИОНАЛЬНЫЙ  
МЕДИЦИНСКИЙ УНИВЕРСИТЕТ  
ИМЕНИ С.Д.АСФЕНДИЯРОВА

# СӨЖ

*Тақырыбы: Гинекологиялық операциялардан  
кейінгі науқастардың тамақтануы*

Орындаған: Есенова А.А  
Қанатқызы Н  
Факультет: ЖМ  
Топ: 15-20

# ***Жоспар:***

## ***1 Кіріспе:***

*Тамақтану туралы түсінік*

## ***2 Негізгі бөлім:***

- ▣ Науқастарды тамақтандыру;*
- ▣ Ота алдындағы тамақтану*
- ▣ Отадан кейінгі тамақтану*

## ***3 Қорытынды***



## *ТАМАҚТАНУ:*

- Организмнің қалыпты жағдайда тіршілік етуін, оның денсаулығын және еңбек ету қабілетін қамтамасыз ететін маңызды фактор;*
- Тағам организмнің жұмсаған энергиясын толықтыру, өлген жасуша мен тіндерін қайта қалпына келтіру және барлық дене құрамына кіретін мүшелердің қызметін реттеуді қамтамасыз етеді;*
- Тамақтану жайлы ғылымды нутрициология дейді;*





## НАУҚАСТАРДЫ ТАМАҚТАНДЫРУ

*Аурулардың тамақтануына күнделікті жалпы басшылықты дәрігер-диетолог жүргізеді, ол емдік диеталардың дұрыс жасалуы және қолданылуына жауап береді. Дәрігер-диетолог, бұдан басқа емдік қоректендіру столын неғұрлым ұтымды таңдауға қатысты бөлім дәрігерлеріне кеңес береді. Тағам блогының жұмысына тікелей басшылық жасау (азық-түлік сапасына, олардың тамаққа салуына, тағамның дайындалуына, бөлімшелерге жеткізілуін, т.с.с.) аурухананың диеталық мейірбикесіне жүктеледі. Дайын тамақты тарату, стационардың кезекші дәрігері байқап көргеннен кейін ғана жүргізіледі.*



## ОТА АЛДЫНДАҒЫ ДАЙЫНДЫҚ

Операциядан бұрын, диетаны сақтау қажет. Сонымен, гинекологиялық хирургияға дайындық кезінде қатты тағамдар әйелдің диетасынан толығымен алынып тасталады. Хирургиялық операциядан 12 сағат бұрын әйелге іш жүргізетін дәрі тағайындалады. Әйел операциядан бұрын өте алаңдаған жағдайда, седативтер тағайындалады. Кез-келген операциядағыдай, гинекологиялық операция бос ішек пен қуықта орындалады.



# ГИНЕКОЛОГИЯЛЫҚ АУРУЛАР КЕЗІНДЕГІ ТАМАҚТАНУ

□ Гинекологиялық аурулар өте кең таралған, сондықтан гигиена ережелерін қатаң түрде сақтауға, жыныс мүшелерінің қандайда бір ауруы кезінде уақытында гинекологқа көріну қажет, өз бетінше емделуге болмайды.

□

□ Гинекологиялық аурулар әйелдің иммунитетін әлсәретеді, және оның қорғаныс функцияларын төмендетеді

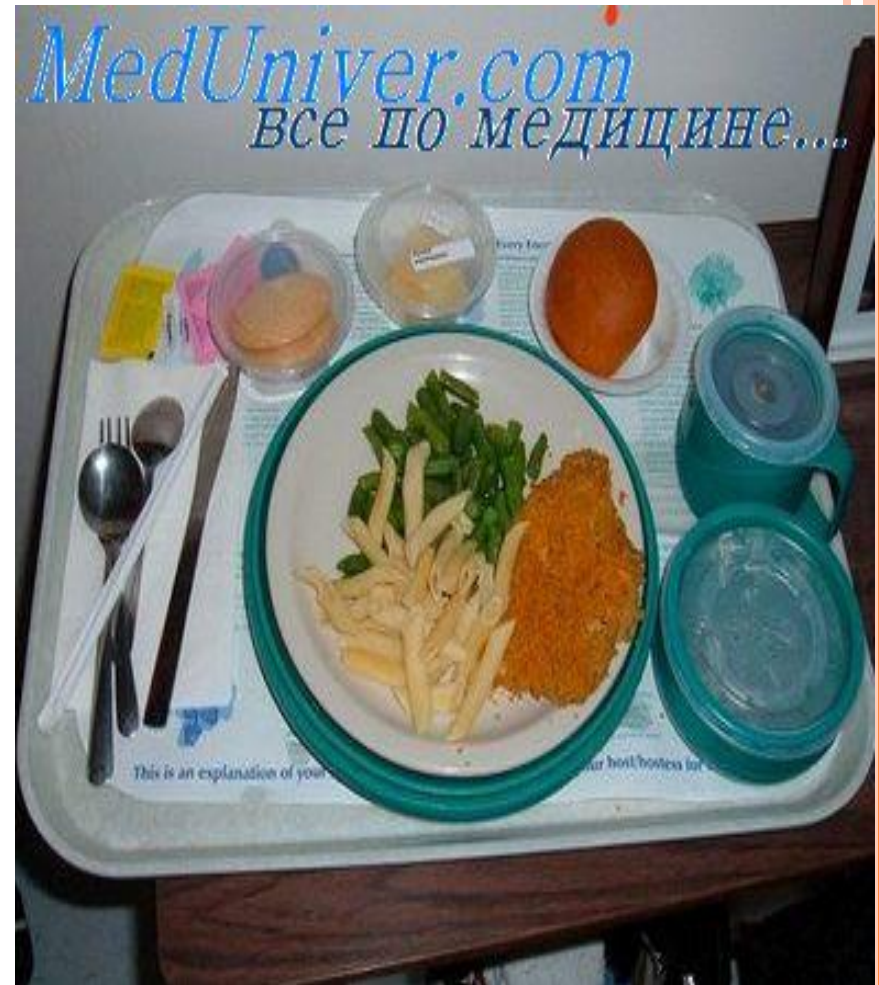
Диета гинекологиялық аурулар кезінде көп көмегін тигізеді себебі әйел адамның емделіп шығуы жылдамырақ болады. гинекологиялық аурулар кезінде әйел адамдарға ағзасына майлы тағаммен, ккал жоғары тағамдарды қолданудан бас тарту керек.



# ОПЕРАЦИЯ ЖАСАЛҒАН НАУҚАСТАРДЫ ТАМАҚТАНДЫРУ:

*Диета тағайындалады.*

*Диета негізгі нозологиялық формалар бойынша жүктелген. Әрбір диета нақты бір сырқат кезінде ас қабылдау ауруды күшейтпейтіндей, әлсіреген ағзаға барынша бейімделіп жасалған. Әрбір диета тамақтану тәртібімен, химиялық құрамымен, каллориясымен сипатталады. Сонымен бірге, рұқсат етілген немесе тиым салынған азық-түліктер тізбесі болады. 15 медициналық диета бар. Ауруханадағы диеталардың саны, оның саласына қарап белгіленеді.*





# ДЕНІ САУ АДАМНЫҢ ТАҒАМ РАЦИОНЫНДА:

<i>Атауы</i>	<i>Мөлшері</i>	<i>Оның ішіндегі</i>
<i>Белок</i>	<i>80-100г</i>	<i>50г мал тектес белоктар</i>
<i>Май</i>	<i>80-100г</i>	<i>20-25г өсімдік; 2-6г майлы қышқылдар</i>
<i>Көмірсу</i>	<i>400-500г</i>	<i>350-400г крахмал мен глюкоза; 50-100г моно- және дисахаридтер</i>
<i>Су</i>	<i>1700-2000г</i>	<i>800-1000г шәй, кофе және т.б.</i>
<i>Витаминдер, микроэлементтер</i>	<i>Белгілі бір теңе- теңдікте болады</i>	



# ХИРУРГИЯЛЫҚ ДИЕТА

Пищевые вещества	Диета 0а	Диета 0б	Диета 0с
Белок	5г	40-50г	80-90г
Майлар	12-15г	40-50г	65-70г
Көмірсу	150г	250г	320-350г
Энергетикалық құндылығы	700-800ккал	1500-1700ккал	2200-2400ккал
Сұйықтық	2л	5-6л	5-6л
Бір реттік тамақтану	100-200г	400-500г	400-500г

0а мен 0б емдәм отадан кейін 2-3 күн бойына тағайындалады.

# ОТАДАН КЕЙІНГІ ЕМДӘМДЕР(0А,0В,0С) :

- ▣ **Мақсаты:** ағзаға керек нутриенттермен қамтамасыз ету.
- ▣ Емдәм қағидасы:
- ▣ Отадан кейін сұйық тағамдар тағайындау, кейін ақырындап қою тағамдарға көшу;
- ▣ Қайнатылған тағам
- ▣ манная, арпа, бидай жармалы кашадан аулақ болу;
- ▣ Майлы тағам мен тұзды шектеу;
- ▣ Жиі және аздан тамақтану;
- ❖ **Тамақтану тәртібі:**
- ✓ Күніне 7-8 рет



**Жалпы тағайындаған диетамыз ағзаның қорғаныс күштерінің функциясын сақтап тұруы қажет**

**Тағамды дайындау тәсілдері: суға піскен тағамдар , майлылығы аз тағамдар, бұқтырамыз.**

**1. ШЕКТЕУ КЕРЕК: жануар текті майлар,асқазанға жүктеме түсіретін ауыр тағамдар .**

**2. АРТТЫРУ КЕРЕК: жеміс-жидек, көкөніс, аскөк**

**3. Көп мөлшерде ақуыз, балық, майсыз ет, құс еті, сиыр еті, бауыр, жұмыртқа, сүт өнімдерін тұтыну қажет.**

**белоктар ағзада маңызды роль атқарады жаңа жасушалардың жетілуіне көмектеседі.**



- Көп мөлшерде сүт өнімдерін тұтыну қажет майсыз сүт өнімдері (табиғи), ірімшік, сүзбе т.б.
- Әсіресе ішуге пайдалы, қышқыл сүт өнімдері – олардың құрамында көп кальций, ақуыз, бар олар қалыпты ішек микрофлорасын және қынаптық микрофлораны қалыпты сақтап тұрады. Бұл иммунитетті көтеруге мүмкіндік береді, өйткені барлық сіңірілетін маңызды заттар ішектің дұрыс сіңірілуіне байланысты.



**Құрамында клетчаткасы бар тағамдарды көп мөлшерде қабылдау қажет**

- ▣ **Олар бізге көмектеседі организмді қалыпқа келтіруге, диареяны болдырмау үшін Құрамында кебек, бидай – қара бидай нанын тұтыну қажет (қара нан іштің кебуіне алып келуі мүмкін).**
- ▣ **Сондай-ақ, әртүрлі майлар, атап айтқанда, сапалы өсімдік майы, сары май, т. б. олардың құрамына кіретін май қышқылдары ағзаға қажетті витаминдерді өндіру үшін және гормондардың бөлінуі үшін қолдану қажет.**



- Рұқсат етілген тағамдар:
  
  - Вегетариандық сорпа,
  - Жартылайсұйық ботқалар,
  - Шикі және пісірілген көкөністер,
  - Тәтті: жеміс-жидектер.
  
  - Рұқсат етілген сусындар: компот, морс, шырын, қайнатпа, итмұрын, , шөп шай ( қабынуды жою үшін және иммунитетті арттыру), жасыл шай.
  
  - Көкөністер,
- Құрамында нитраты жоқ азық-түліктер



- **Тыйым салынған тағамдар:**
- **Алкогольді ішімдіктер,**
- **Ащы тағамдар,**
- **Тамыр жемістілер құрамында эфир майлары - шалқан, шалғам, пияз және т. б.**
- **Қақталған тағамдар,**
- **Мықты кофе,**
- **Шоколад.**





- тамақ суға не буға пісіріледі және көбінде ұнтақталмаған күйінде беріледі;
- тамақ қабылдау жиілігі - күніне 4-5 рет;
- күндізгі ас үлесі: **белок** күндізгі ас үлесі: белок - 100 г., **май** күндізгі ас үлесі: белок - 100 г., май - 100 г. (оның үштен бір бөлігі өсімдік майы), углевод - 400-450 г., **ас тұзы** - 10-12 г.
- рұқсат етілмейтіндер: қуырылған, майлы, ащы және қышқыл, сүрленген, тұздалған және маринадталған тамақтар, ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары, **қой** рұқсат етілмейтіндер: қуырылған, майлы, ащы және қышқыл, сүрленген, тұздалған және маринадталған тамақтар, ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары, қой, **шошқа** рұқсат етілмейтіндер: қуырылған, майлы, ащы және қышқыл, сүрленген, тұздалған және маринадталған тамақтар, ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары, қой, шошқа, **каз** рұқсат етілмейтіндер: қуырылған, майлы, ащы және қышқыл, сүрленген, тұздалған және маринадталған тамақтар, ет, балық және саңырауқұлақ сорпалары, қой, шошқа, **каз**, **үйрек** рұқсат етілмейтіндер: қуырылған, майлы, ащы

- Жалпы бұл диета ағзадағы зат алмасу процесін жақсартып иммунитетті көтереді, организмдегі әр-түрлі асқынулардың дамуына кедергі жасайды, денсаулықты жақсартып, ауырудан жылдамдатып сауығуға көмектеседі.



# ҚОРЫТЫНДЫ:

*Жас ерекшеліктеріне, дененің жалпы салмағына, жынысына, атқаратын қызметіне, қоршаған ортаға қарай, әр адамға тән белгілі бір мөлшерде, құрамда қажетті белок, май, көмірсу, минерал заттары және витаминдері бар тағам қажет. Қазіргі уақытта тағамның құрамы және ондағы калория мөлшері жақсы зерттеліп анықталған, соның нәтижесінде әр адамға қажетті тәуліктік тамақ мөлшерін жұмсалған энергия мөлшеріне сәйкестендіріп қабылдауға болады.*



# ПАЙДАЛАНҒАН ӘДЕБИЕТТЕР:

- Интернет <http://dieta-load.ru>
- Стандартные диеты – Бердигалиев А.Б
- <https://womanadvice.ru/ginekologicheskie-operaci>

