

Лекция №4

«Организация питания пациентов в стационаре»

- ▶ **ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ** - питание, удовлетворяющее физиологические потребности в количестве и соотношении биологически активных соединениях и оказывающее лечебное воздействие. Путем изменения состава пищи, кулинарной обработки продуктов, режима питания можно влиять на функциональное состояние отдельных органов и систем. Лечебное питание обязательно в комплексной терапии различных заболеваний.



Задача лечебного питания:

воздействовать на причины, вызвавшие заболевание, и способствовать скорейшему выздоровлению больного.



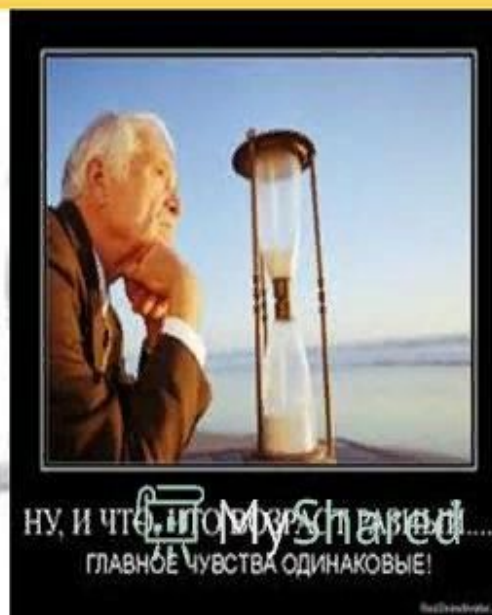
Лечебное питание *могут назначать в сочетании с другими методами лечения (медикаментозными, хирургическими, физиотерапевтическими)* при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, нервной системы, кожи и т.п.



Лечебное питание *могут применять с профилактической целью* для повышения иммунитета и обезвреживания ядовитых веществ, попавших в организм человека на производстве.



Лечебное питание применяется
дифференцированно (индивидуально) в
зависимости от формы и стадии заболевания
и назначается врачом в виде диеты.



- ▶ **ДИЕТОТЕРАПИЯ** - Диетотерапия является неотъемлемым компонентом комплексного лечения при всех без исключения заболеваниях желудочно-кишечного тракта, болезнях обмена веществ, заболеваниях сердца, печени, почек, суставов и др. Лечебное питание нередко дает хорошие результаты в тех случаях, когда другие методы лечения неэффективны.
- ▶ В лечебной практике назначают диеты, разработанные для основных видов заболеваний в клинике лечебного питания Института питания Российской Академии Медицинских Наук (РАМН).

Существует 15 основных диет (лечебных столов). Некоторые диеты делят на подгруппы (1а, 1б, 1в и т.д.) для постепенного перехода от строгих ограничений к расширенному питанию по мере выздоровления больного.



Условием эффективности
лечебного питания является
сочетание механического,
химического и термического
щажения органов больных
людей с полноценностью диет
в количественном и
качественном отношении.

Для **МЕХАНИЧЕСКОГО** щажения всю пищу готовят протёртой или мелкорубленой, без грубой корочки, исключают продукты богатые клетчаткой.



10

**ПРОДУКТОВ,
БОГАТЫХ
КЛЕТЧАТКОЙ:
ФРУКТЫ, ЧЕЧЕВИЦА,
БОБЫ, ХЛЕБ,
ПОПКОРН, ЗЛАКИ С
СУХОФРУКТАМИ,
АРТИШОК,
ФИСТАШКИ, ЯГОДЫ,
ОВОЩИ**



MyShared

Для **ХИМИЧЕСКОГО** щажения
рекомендуют отварную,
запечённую, приготовленную на
пару, на молоке, вегетарианскую
пищу. Запрещают острые, кислые и
солёные продукты, жареные блюда.



Запрещаются:



Для **ТЕРМИЧЕСКОГО** щажения
оптимальная температура блюд
составляет 15 – 65°C.

Запрещаются:





Важную роль
в лечебном
питании
играет
**РЕЖИМ
ПРИЁМА
ПИЩИ,**
который
позволяет
равномерно
распределить
пищу в
течении дня.



ХАРАКТЕРИСТИКА

ДИЕТ

ДИЕТА № 1

Назначение: язва желудка и двенадцатиперстной кишки, при гастритах с повышенной секрецией желудочного сока.

Цель: механическое, химическое и термическое щажение слизистой оболочки желудка и двенадцатиперстной кишки, нормализация секреции и моторики желудка.



ДИЕТА № 1

Запрещают:

жареные блюда,
мясные, рыбные,
грибные бульоны,
острые закуски,
маринады,
копчёности,
колбасные
изделия,
ржаной хлеб,
консервы,
капусту, репу,
редис, редьку,
щавель.



ДИЕТА № 1

Рекомендуют:

пшеничный хлеб вчерашней выпечки;
молочные продукты;
нежирные мясо и рыбу в виде паровых рубленых изделий;
яйца в виде омлетов;
овощи (картофель, морковь, цветная капуста) в виде пюре;
сладкие ягоды в виде пюре, соков, киселей;
каши (манную, овсяную, рисовую) ;
супы молочные и вегетарианские, супы-пюре;
соусы молочные и фруктовые;
сливочное, подсолнечное масла;
чай, чай с молоком, отвар шиповника.

Примерное меню диеты № 1 (протертая).

1-й завтрак: яйцо всмятку, каша рисовая молочная протертая, чай с молоком.

2-й завтрак: яблоко печеное с сахаром.

Обед: суп овсяный молочный протертый, фрикадельки мясные паровые с морковным пюре, мусс фруктовый.

Полдник: отвар шиповника, сухарики.

Ужин: рыба отварная, запеченная под молочным соусом, картофельное пюре, чай с молоком.

На ночь: молоко.

Примерное меню диеты № 1 (непротертая).

1-й завтрак: яйцо всмятку, каша гречневая рассыпчатая, чай с молоком.

2-й завтрак: творог свежий некислый, отвар шиповника.

Обед: суп картофельный вегетарианский, мясо отварное, морковь отварная, компот из разваренных сухофруктов.

Полдник: отвар пшеничных отрубей с сахаром и сухарики.

Ужин: рыба отварная, запеченная под молочным соусом, рулет морковно-яблочный, чай с молоком.

На ночь: молоко.

ДИЕТА № 2

Назначение: хронические гастриты с секреторной недостаточностью, хронические колиты.

Цель: стимулировать секреторную деятельность желудка и нормализовать двигательную функцию ЖКТ путём механического, термического щажений.

(**Гастрит** - воспаление слизистой оболочки желудка)

(**Колит** — воспалительное заболевание внутренней оболочки толстого кишечника)



ДИЕТА № 2

Всю пищу готовят протёртой или мелкорубленной в отварном, паровом, тушёном виде. Запечённые и жареные блюда должны быть без грубой корочки.



ДИЕТА №2

Запрещают:

жареные блюда с
грубой корочкой,
острые блюда,
овощи с грубой
клетчаткой,
копчёности,
консервы,
ржаной хлеб,
цельное молоко.

Цельным считается натуральное молоко,
составные части которого не подвергались

никаким изменениям ■



ДИЕТА №2

Рекомендуют:

пшеничный хлеб вчерашней выпечки;
несдобное печенье,
молочные продукты - кефир, простоквашу, творог;
нежирные рыбу, мясо;
яйца - всмятку, омлет;
овощи в виде пюре, котлет, пудингов;
сладкие плоды и ягоды в виде киселей, компотов, желе, муссов;
масло - сливочное, подсолнечное, оливковое;
неострый натёртый сыр;
супы - на обезжиренных бульонах, овощных отварах из круп и овощей в протёртом виде;
соусы - мясные, рыбные, сметанные;
напитки - чай с молоком, какао, кофе с молоком и на воде, отвар шиповника, фруктовые и ягодные соки.

Примерное меню диеты № 2.

Завтрак: яйцо всмятку, сыр, каша овсяная молочная, чай.

Обед: бульон мясной с вермишелью, котлеты мясные жареные без панировки с морковным пюре, кисель.

Полдник: отвар шиповника.

Ужин: рыба заливная, пудинг из риса с фруктовой подливой, чай.

На ночь: кефир.

ДИЕТА №3

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

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

Общая характеристика диеты.

Диета физиологически полноценная, **включает** продукты и блюда, усиливающие двигательную функцию и опорожнение кишечника (овощей, свежих и сушеных плодов, хлебопродуктов, круп, кисломолочных напитков и др.). **Исключены** продукты и блюда, усиливающие брожение и гниение в кишечнике и отрицательно влияющие на другие органы пищеварения (богатые жирами, жареные изделия и др.). **Пищу готовят** в неизмельченном виде, в воде, на пару или запекают. Овощи и плоды употребляют в сыром и вареном виде. В диету включают холодные первые и сладкие блюда, напитки.

Примерное меню диеты № 3.

1-й завтрак: салат овощной с растительным маслом, омлет паровой, чай.

2-й завтрак: яблоко свежее.

Обед: щи вегетарианские со сметаной, мясо отварное с тушеной свеклой, компот из сухофруктов.

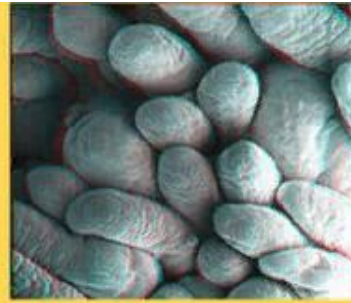
Ужин: голубцы овощные, крупеник из гречневой крупы с творогом, чай.

На ночь: кефир.

ДИЕТА №4

Назначение: острые хронические заболевания кишечника в период обострения с выраженной дисфункцией (поносы).

Цель: способствовать уменьшению воспалительного процесса и нормализовать работу кишечника путём ограничения механических химических раздражителей пищи.



*Ravinto ja liikunta
tasapainoon!*



ДИЕТА №4

Запрещают:

овощи, плоды, ягоды,
молоко и блюда из них,
жаренные блюда,
крепкие бульоны, соусы
и закуски.

Всю пищу готовят в
протёртом отварном
виде.



MyShared

ДИЕТА №4

Рекомендуют:

сухарики из пшеничного хлеба;
нежирные мясо и птицу , (куры в рубленном виде
сваренные в воде или на пару);
нежирную рыбу в отварном рубленном виде;
яйца всмятку, омлеты;
крупы – рисовая, овсяная, манная на воде;
сливочное масло в ограничении;
супы – слизистые, пюреобразные из круп на
слабых бульонах;
напитки – чай, чёрный кофе на воде, отвар
шиповника, черники, черёмухи.

Примерное меню диеты № 4.

1-й завтрак: каша овсяная протертая на воде, творог свежеприготовленный протертый, чай.

2-й завтрак: отвар из сушеной черники.

Обед: бульон мясной с манной крупой, тефтели мясные паровые, каша рисовая протертая на воде, кисель.

Полдник: отвар шиповника несладкий теплый.

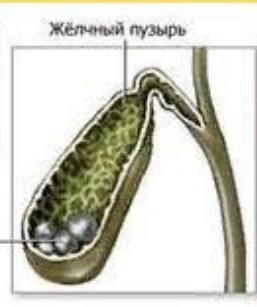
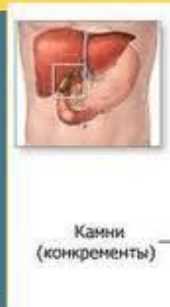
Ужин: омлет паровой, каша гречневая протертая на воде, чай.

На ночь: кисель.

ДИЕТА №5

Назначение: заболевание печени и желчных путей (гепатиты, холециститы, желчекаменная болезнь).

Цель: нормализовать функцию печени, желчного пузыря и стимулировать желчеотделение.



ДИЕТА №5

Запрещают:

бульоны,
жареные блюда,
жирные сорта мяса и рыбы,
сдобные изделия,
консервы,
копчёности,
кислые и острые блюда.





ДИЕТА №5

Запрещают:

редьку, редис,
щавель, грибы,
бобовые, лук



ДИЕТА №5

Рекомендуют:

хлеб пшеничный вчерашней выпечки; несдобное печенье;
молоко, простоквашу, неострый сыр; обезжиренный
творог и блюда из него;
нежирные мясо, птицу, рыбу отварные или на пару;
яйца в виде омлетов;
овощи в виде отварных или запечённых блюд;
плоды, ягоды - сладкие сорта в виде компотов, киселей,
желе, муссов;
крупы в виде молочных каш и пудингов;
масло: сливочное и растительное;
супы овощные, фруктовые, молочные;
напитки сладкие – чай и кофе с молоком, соки, отвар
шиповника.

Примерное меню диеты № 5.

1-й завтрак: творог с сахаром и сметаной, каша овсяная молочная, чай.

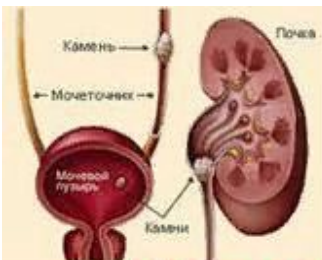
2-й завтрак: яблоко печеное.

Обед: суп из сборных овощей вегетарианский на растительном масле, кура отварная в молочном соусе, рис отварной, компот из сухофруктов.

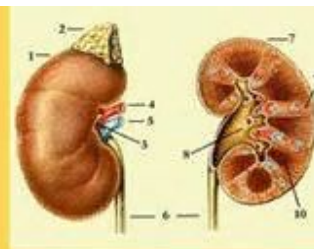
Полдник: отвар шиповника.

Ужин: рыба отварная с соусом белым на овощном отваре, картофельное пюре, ватрушка с творогом, чай.

На ночь: кефир.



ДИЕТА №6

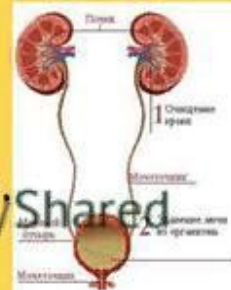


Назначение: мочекаменная болезнь с образованием камней из солей мочевой кислоты

Цель: уменьшение образования в организме мочевой кислоты и ее солей

Общая характеристика диеты.

Диета предусматривает исключение продуктов, содержащих много щавелевой кислоты; умеренное ограничение соли, увеличение количества молочного, овощей и плодов. Режим питания: 4 раза в день, в промежутках и натощак - питье



Примерное меню диеты № 6.

1-й завтрак: салат овощной с растительным маслом, яйцо всмятку, пудинг из моркови с яблоками и пшеном, чай.

2-й завтрак: отвар шиповника.

Обед: суп-лапша молочный, котлеты картофельные жареные, кисель.

Полдник: яблоки свежие.

Ужин: сырники запеченные, голубцы, фаршированные овощами с рисом, чай.

На ночь: отвар пшеничных отрубей.

ДИЕТА №7

Назначение:

заболевание почек.

Цель: щажение почек и выделение из организма азотистых шлаков и лишней жидкости.



НАШИ ДРУЗЬЯ



Рациональное питание, включающее много овощей и фруктов, чистая питьевая вода, физическая активность, регулярные профилактические осмотры помогут сохранить наши почки здоровыми.

Shared

ДИЕТА №7

Запрещают:

бульоны, жареные блюда, солёные продукты, острые закуски, копчёности, консервы.



MyShared

ДИЕТА №7

Рекомендуют:

хлеб безбелковый бессолевой;
кефир, простоквашу, сметану;
нежирные отварные мясо, птицу, рыбу или с последующим
обжариванием;
не более 1 яйца в день, омлеты;
отварные и сырые овощи(кроме редьки и редиса);
арбузы, дыни, блюда из тыквы;
плоды и ягоды – свежие, соки, пюре, кисели, компоты;
блюда из саго;
масло: сливочное и растительное;
винегреты со свежими огурцами, салаты из свежих овощей;
супы вегетарианские, фруктовые, с саго;
соусы – молочный, томатный, фруктовый;
отвар шиповника, некрепкий чай, овощной сок.

Примерное меню диеты № 7.

1-й завтрак: яйцо всмятку, каша гречневая рассыпчатая, чай.

2-й завтрак: яблоки печеные.

Обед: борщ вегетарианский со сметаной (1/2 порции), мясо отварное с жареным картофелем, компот из сухофруктов.

Полдник: отвар шиповника.

Ужин: биточки морковно-яблочные запеченные, лапшевник с творогом, чай.

ДИЕТА №8



Назначение: при ожирении.

Цель: снизить массу тела за счёт ограничения энергетической ценности рациона, углеводов, жиров, жидкости, соли и возбудимости пищевого центра.



ДИЕТА №8

Запрещают:

крепкие
бульоны;
жирные блюда;
пшеничный
хлеб;
сладкие блюда
и ягоды;
кондитерские
изделия;
острые соусы;
пряности.



ДИЕТА №8

Рекомендуют:

хлеб ржаной (150г/день);
молоко, кефир, обезжиренный творог и блюда из него,
неострый сыр;
нежирную говядину, курицы, кролика в отварном виде;
нежирную рыбу в отварном, заливном виде;
нерыбные продукты моря
яйца (2шт/день);
овощи сырые, отварные (200г/день);
несладкие плоды и ягоды;
гречневую, овсяную каши;
салаты, винегреты;
чай, чай с молоком, некрепкий кофе, томатный сок,
фруктово-ягодные соки из кислых плодов.

Примерное меню диеты № 8.

1-й завтрак: салат овощной с растительным маслом, творог нежирный.

2-й завтрак: яблоки свежие.

Обед: борщ вегетарианский со сметаной (1/2 порции), мясо отварное, капуста тушеная с растительным маслом, компот из сухофруктов без сахара.

Полдник: творог нежирный с молоком.

Ужин: рыба отварная, рагу из овощей, чай.

На ночь: кефир нежирный.

ДИЕТА №9

Назначение: при сахарном диабете.

Цель: нормализовать углеводный обмен.

Символ, утверждённый [ООН](#) для обозначения диабета - 

Сахарный диабет — группа [заболеваний](#), развивающихся вследствие абсолютной или относительной недостаточности [гормона инсулина](#), в результате чего увеличивается содержание [глюкозы](#) в [крови](#). Заболевание характеризуется нарушением всех видов [обмена веществ](#): [углеводного](#), [жирового](#), [белкового](#), минерального и водно-солевого. Кроме человека, данному заболеванию подвержены также некоторые животные, например, [кошки](#).

ДИЕТА №9

Запрещают:

сахар;
кондитерские и сдобные
мучные изделия;
блюда из рисовой, манной
крупы;
сладкие овощи, плоды и
ягоды;
жирные мясные блюда,
копчёности, крепкие бульоны;
продукты богатые
холестерином.



ДИЕТА №9

Рекомендуют:

хлеб ржаной, белково-пшеничный, белково-отрубной
(200г/день);

молоко, простоквашу, кефир, творожные блюда, сыр,
сметану;

нежирные говядину, телятину, рыбу, кур, кролики в
отварном и заливном виде, диабетическую колбасу;
яйца всмятку, омлеты;


овощи содержащие мало сахаров (капусту, огурцы,
кабачки, салат, картофель вымоченный,);

несладкие ягоды в свежем виде;

масла сливочное и растительное – 40г/день;

вегетарианские и овощные супы;

чай, чай с молоком, некрепкий кофе, томатный сок,

фруктовые соки из кислых плодов;  MyShared
сахарозаменители.

ДИЕТА №10

Назначение: при сердечно-сосудистых заболеваниях и гипертонии.

Цель: нормализовать функции сердечно-сосудистой системы, снизить артериальное давление.

Последствия неправильного питания могут проявляться в виде повышенного кровяного давления, повышенного уровня глюкозы в крови, повышенного содержания жиров в крови, лишнего веса и ожирения.

Сердечно-сосудистые заболевания представляют собой группу болезней сердца и кровеносных сосудов, в которую входят:

ишемическая болезнь сердца – болезнь кровеносных сосудов, снабжающих кровью сердечную мышцу;

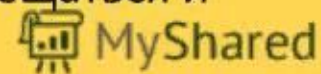
болезнь сосудов головного мозга – болезнь кровеносных сосудов, снабжающих кровью мозг;

болезнь периферических артерий – болезнь кровеносных сосудов, снабжающих кровью руки и ноги;

ревмокардит – поражение сердечной мышцы и сердечных клапанов в результате ревматической атаки, вызываемой стрептококковыми бактериями;

врожденный порок сердца – существующие с рождения деформации строения сердца;

тромбоз глубоких вен и эмболия легких – образование в ножных венах сгустков крови, которые могут смещаться и двигаться к сердцу и легким.



ДИЕТА №10

Запрещают:

соль, бульоны,
жирное мясо,
острые закуски,
сдобные мучные изделия,
продукты и напитки возбуждающие
ЦНС (газированные напитки,
белокочанная капуста, бобовые,
цельное молоко)

ДИЕТА №10

Рекомендуют:

хлеб пшеничный, ржаной вчерашней выпечки;
молоко, кефир, простоквашу, блюда из нежирного
творога, сметану;

нежирные мясо, рыбу отварные и запечённые;
яйца всмятку или паровые омлеты;

овощи (кроме редьки, редиса, шпината, щавеля);

плоды и ягоды в любом виде (особенно курагу,
урюк, изюм, инжир – содержат калий);

крупы в виде каш, пудингов, запеканок;

масла - сливочное и растительное;

супы – вегетарианские, молочные, фруктовые;

соусы – молочные, фруктовые, на овощном отваре;

отвар шиповника, чай, чай с молоком, соки.

ДИЕТА №11

Назначение: при туберкулёзе различных органов, анемии, истощении после инфекционных заболеваний.

Цель: укрепить и повысить сопротивляемость организма в борьбе с инфекцией.

ДИЕТА №11

Запрещают:

острые приправы,
острые закуски,
тугоплавкие жиры.

ДИЕТА №11

Рекомендуют:

хлеб пшеничный, ржаной, бисквит, печенье, сухари;
молоко, сливки, простоквашу, кефир, сметану,
творог, сыр;

говядину, телятину, кур, печень, рыбу;
яйца всмятку и омлеты;

овощи, ягоды в разнообразном виде;
масла - сливочное и растительное;

икру, ветчину, нежирную колбасу, малосоленую
рыбу, салаты, винегреты;

чай, кофе, какао, отвар шиповника

ДИЕТА №12

Назначение: при заболеваниях нервной системы.

Цель: восстановление нормальной работы нервной системы.

Общая характеристика диеты 12:

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).

ДИЕТА №13

Назначение: острые инфекционные заболевания.

Цель: поддержание общих сил организма и повышение его сопротивляемости инфекции, уменьшение интоксикации.

ДИЕТА №14

Назначение: мочекаменная
болезнь со щелочной реакцией
мочи.

Цель: восстановление кислой
реакции мочи.

ДИЕТА №15

Назначение:

выздоровливающие больные и заболевания не требующие специальных диет.

Цель: обеспечить больным полноценное питание

