

ФГБВОУ «ВОЕННО-МЕДИЦИНСКАЯ АКАДЕМИЯ ИМЕНИ С.М. КИРОВА»
МИНИСТЕРСТВА ОБОРОНЫ РОССИЙСКОЙ ФЕДЕРАЦИИ

ФАКУЛЬТЕТ СРЕДНЕГО ПРОФЕССИОНАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ



Лечебное питание

Преподаватель: Текучева О.В.

**ЛЕЧЕБНЫМ НАЗЫВАЕТСЯ ПИТАНИЕ,
НАЗНАЧАЕМОЕ БОЛЬНОМУ В ЦЕЛЯХ
ЛЕЧЕНИЯ ТОГО ИЛИ ИНОГО ЗАБОЛЕВАНИЯ.**



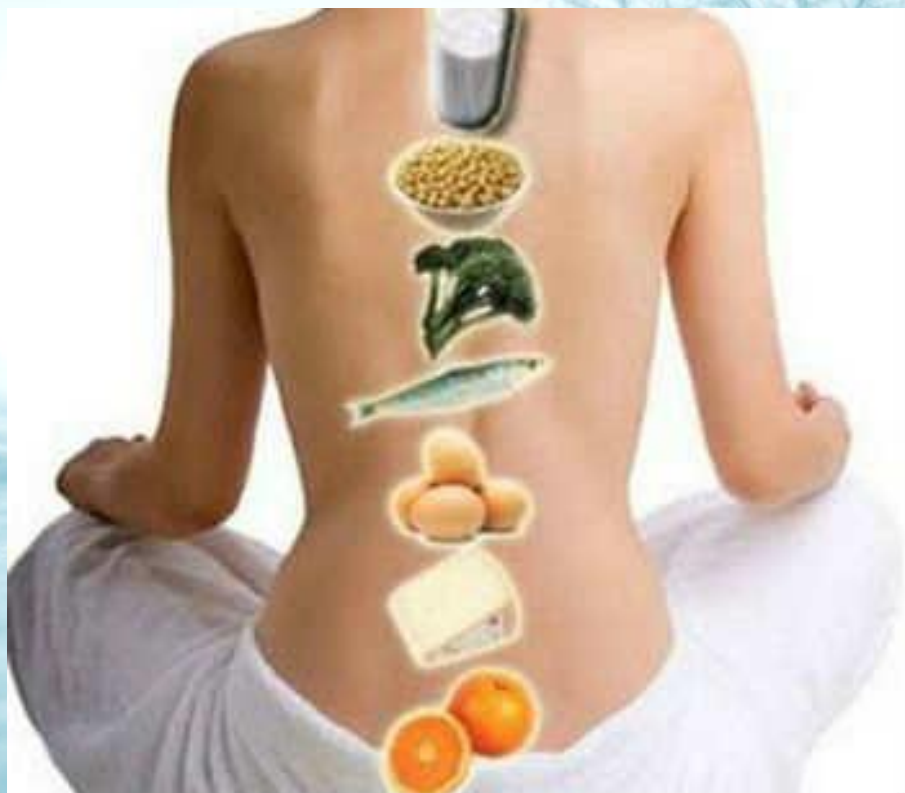
Пирамида питания



ДИЕТИЧЕСКОЕ (ЛЕЧЕБНОЕ И ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ) ПИТАНИЕ

Строится на основе **физиологических потребностей** здорового человека в пищевых веществах и энергии, которые корригируются исходя из **особенностей** патогенеза, клинического течения, стадии болезни, **выраженности** метаболических нарушений, факторов риска развития алиментарно-зависимых заболеваний у каждого конкретного

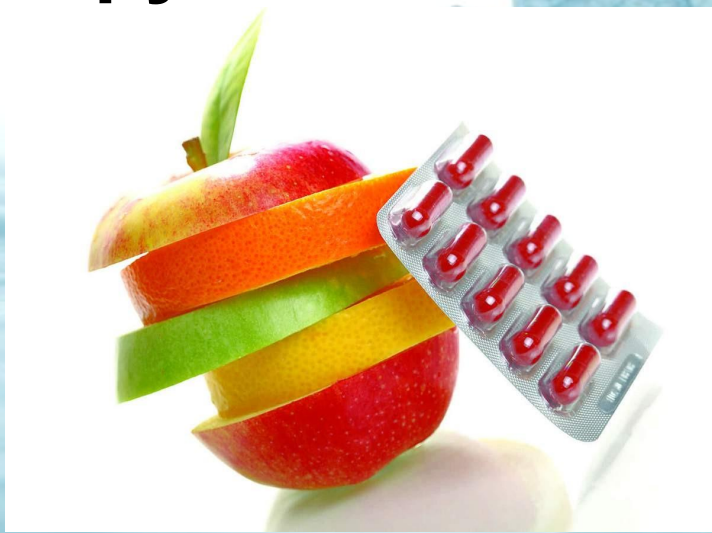
**ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ МОЖЕТ БЫТЬ
ЕДИНСТВЕННЫМ СРЕДСТВОМ ЛЕЧЕНИЯ ПРИ
НАРУШЕНИИ ОБМЕНА ВЕЩЕСТВ, НЕКОТОРЫХ
ЖЕЛУДОЧНО –КИШЕЧНЫХ ЗАБОЛЕВАНИЯХ,
БОЛЕЗНИ ПОЧЕК И Т.Д.**



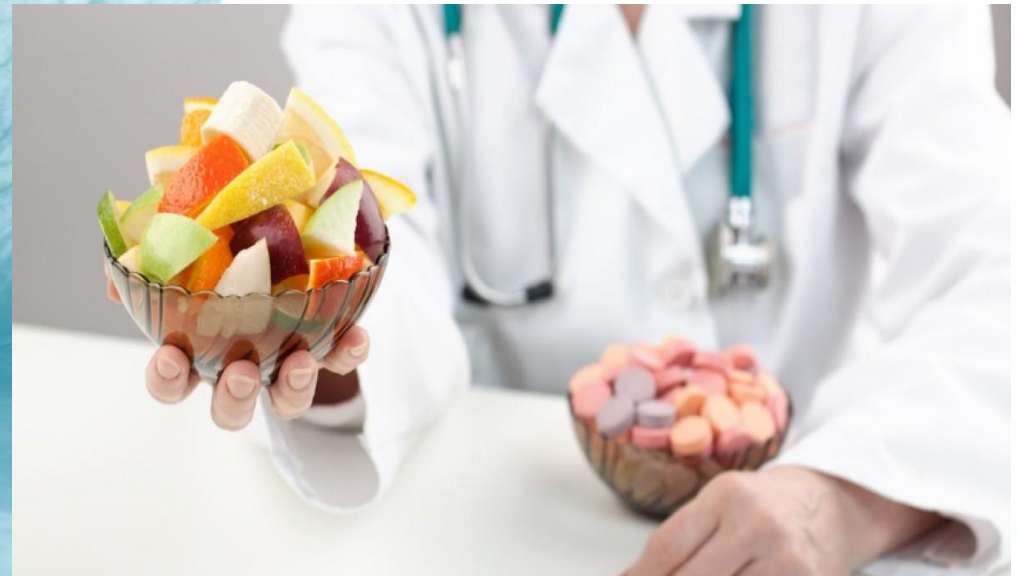
Лечебное питание могут назначать в сочетании с другими методами лечения (медикаментозными, хирургическими, физиотерапевтическими) при заболеваниях сердечно-сосудистой системы, нервной системы, кожи и т.п.



Правильно организованное и построенное на современных научных основах рациональное и диетическое питание обеспечивает нормальное течение процессов роста и развития организма, сохранение здоровья и трудоспособности.



**ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ ПРИМЕНЯЕТСЯ
ДИФФЕРЕНЦИРОВАННО (ИНДИВИДУАЛЬНО)
В ЗАВИСИМОСТИ ОТ ФОРМЫ И СТАДИИ
ЗАБОЛЕВАНИЯ И НАЗНАЧАЕТСЯ ВРАЧОМ В
ВИДЕ ДИЕТЫ**



15



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

Диеты № 1, 2, 5, 9, 10, 15 могут использоваться долгое время, так как они сбалансированы по калорийности и химическому составу и полностью обеспечивают потребность организма в пищевых



ДИЕТЫ № 4, 5А, 8 ИМЕЮТ НЕСБАЛАНСИРОВАННЫЙ РАЦИОН И НАЗНАЧАЮТСЯ НА КОРОТКОЕ ВРЕМЯ



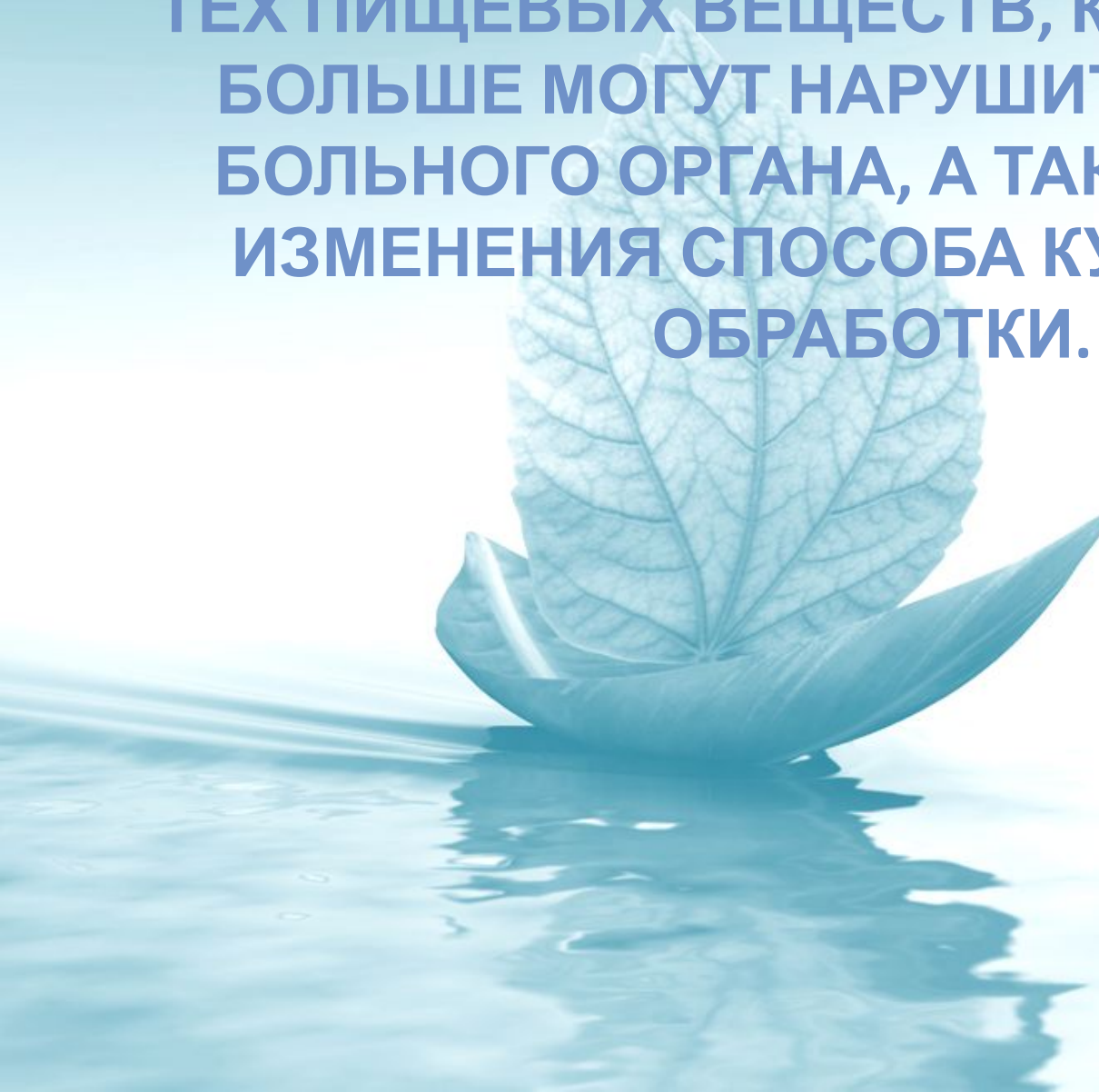
Условием эффективности лечебного питания является сочетание **механического, химического и термического щажения** органов больных людей с полноценностью диет в количественном отношении.



МЕХАНИЧЕСКОЕ ЩАЖЕНИЕ ДОСТИГАЕТСЯ
ГЛАВНЫМ ОБРАЗОМ ПУТЕМ ИЗМЕЛЬЧЕНИЯ
ПИЩИ, А ТАКЖЕ СООТВЕТСТВУЮЩИМ
СПОСОБОМ ТЕПЛОВОЙ ОБРАБОТКИ —
ИЗМЕЛЬЧЕНИЕ ПИЩИ В ВАРЕНОМ ВИДЕ (НА
ПАРУ ИЛИ В ВОДЕ).



ХИМИЧЕСКОЕ ЩАЖЕНИЕ ДОСТИГАЕТСЯ ПУТЕМ ИСКЛЮЧЕНИЯ ИЛИ ОГРАНИЧЕНИЯ ТЕХ ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ, КОТОРЫЕ ЕЩЕ БОЛЬШЕ МОГУТ НАРУШИТЬ ФУНКЦИИ БОЛЬНОГО ОРГАНА, А ТАКЖЕ ЗА СЧЕТ ИЗМЕНЕНИЯ СПОСОБА КУЛИНАРНОЙ ОБРАБОТКИ.



Термическое щажение — исключение из пищи сильных термических раздражителей, т.е. очень холодной или очень горячей пищи. Температура первых и вторых горячих блюд не должна быть выше 60°, закусок и напитков — не ниже 15°. Это надо учитывать, так как горячие блюда обладают сокогонным действием и ослабляют моторику желудка, холодные — снижают секрецию желудка, усиливают моторику. Термическое щажение применяется в основном при желудочно-кишечных заболеваниях.



ВАЖНУЮ РОЛЬ В ЛЕЧЕБНОМ
ПИТАНИИ ИГРАЕТ **РЕЖИМ ПРИЁМА**
ПИЦЦИ, КОТОРЫЙ ПОЗВОЛЯЕТ
РАВНОМЕРНО РАСПРЕДЕЛИТЬ ПИЩУ
В ТЕЧЕНИИ ДНЯ.



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.**

ДИЕТА № 2

НАЗНАЧЕНИЕ:

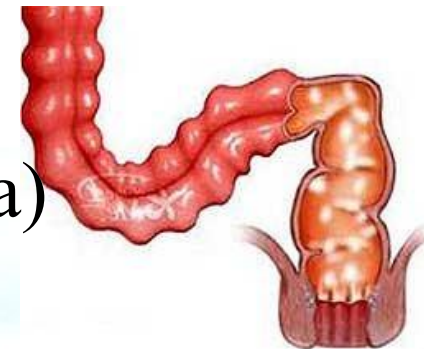
хронические гастриты с секреторной недостаточностью, хронические колиты.

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 мелкорубленой 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.**

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.

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 и химических раздражителей пищи.



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.



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.

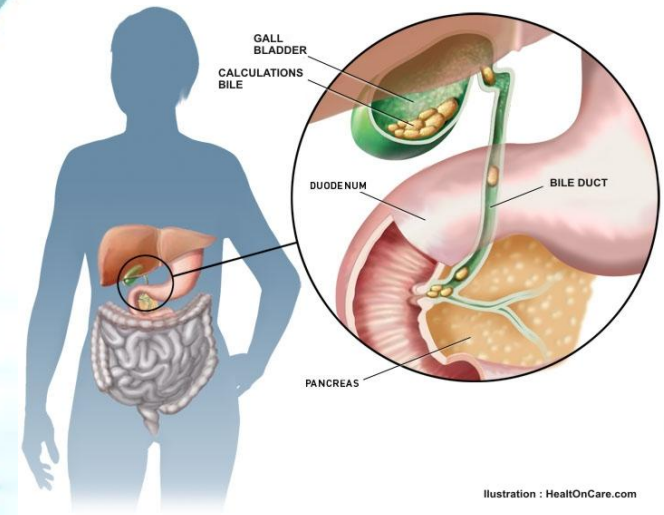
ДИЕТА №5

НАЗНАЧЕНИЕ:

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

ЦЕЛЬ:

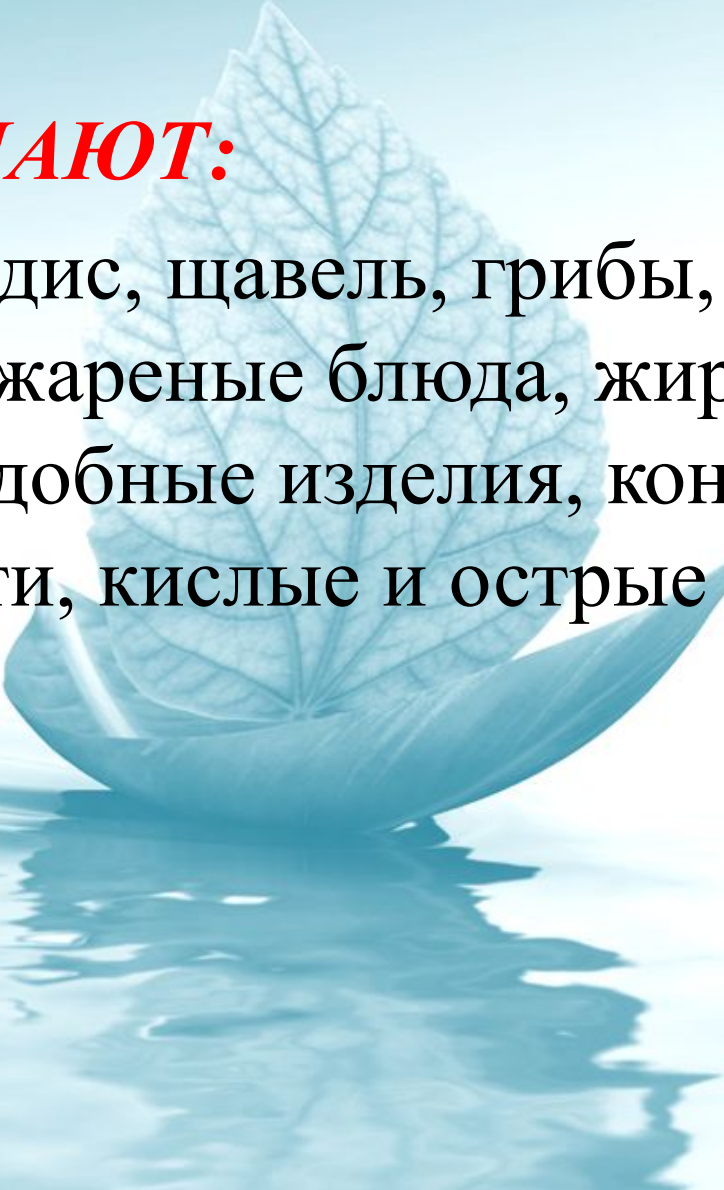
нормализовать функцию
печени, желчного пузыря и
стимулировать
желчеотделение



ДИЕТА № 5

ЗАПРЕЩАЮТ:

редьку, редис, щавель, грибы, бобовые, лук, бульоны, жареные блюда, жирные сорта мяса и рыбы, сдобные изделия, консервы, копчёности, кислые и острые блюда.



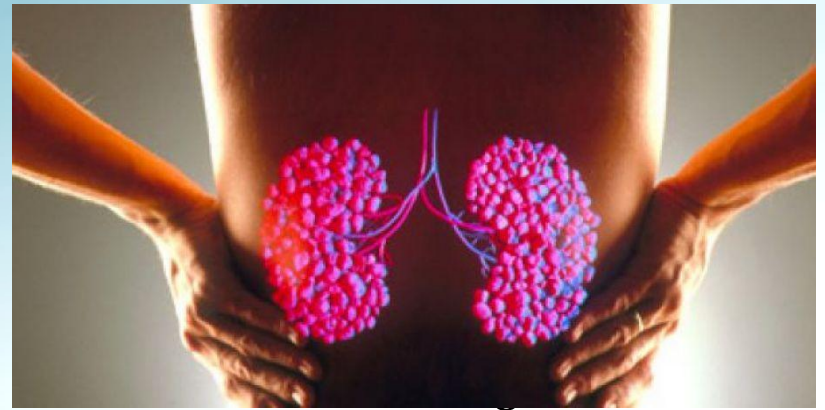
ДИЕТА №5

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.



ДИЕТА №6



НАЗНАЧЕНИЕ:

мочекаменная болезнь с образованием камней из солей мочевой кислоты

ЦЕЛЬ:

уменьшение образования в организме мочевой кислоты и ее солей.

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 натошак - питье.

ДИЕТА №7

НАЗНАЧЕНИЕ:

заболевание почек.

ЦЕЛЬ:

щажение почек и выделение из организма азотистых шлаков и лишней жидкости



ДИЕТА № 7

ЗАПРЕЩАЮТ:

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



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;
- масло: сливочное и растительное;
- винегреты со свежими огурцами, салаты из свежих овощей;
- супы вегетарианские, фруктовые;
- соусы – молочный, томатный, фруктовый;
- отвар шиповника, некрепкий чай,
- овощной сок.



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, 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.



ДИЕТА №9

НАЗНАЧЕНИЕ:

при сахарном диабете.

ЦЕЛЬ:

нормализовать углеводный обмен.

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.



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;
- сахарозаменители.



ДИЕТА №10

НАЗНАЧЕНИЕ:

при сердечно-сосудистых заболеваниях и гипертонии.

ЦЕЛЬ:

нормализовать функции сердечно-сосудистой системы, снизить артериальное давление.



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

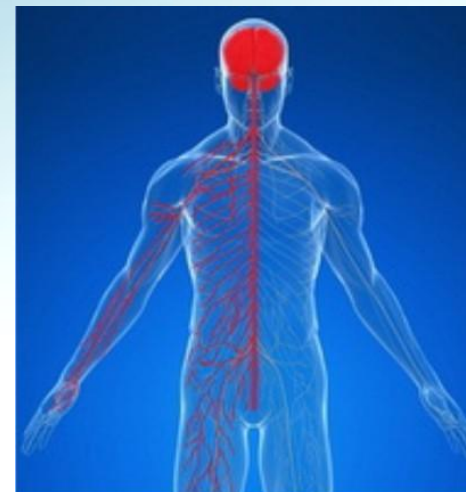
НАЗНАЧЕНИЕ:

при заболеваниях нервной системы.

ЦЕЛЬ:

восстановление нормальной работы нервной системы.

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.



ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДИЕТЫ № 13

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, трудно перевариваемые 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.

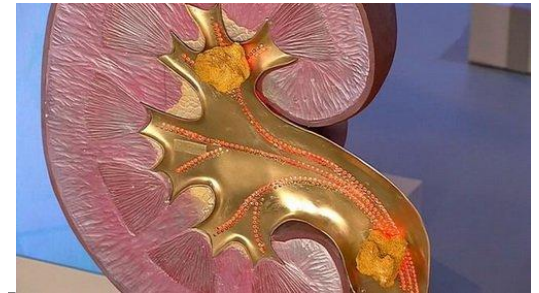
ДИЕТА №14

Назначение:

мочекаменная болезнь со щелочной реакцией мочи.

Цель:

восстановление кислой реакции мочи.



ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ДИЕТЫ №14

- 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.

ДИЕТА №15

НАЗНАЧЕНИЕ:

выздоровливающие больные и заболевания не требующие специальных диет.

ЦЕЛЬ:

обеспечить
больным
полноценное
питание



ДИЕТА №15

РЕКОМЕНДУЮТ:

- Хлеб пшеничный и ржаной, мучные изделия.
- Борщ, щи, свекольник, рассольник; молочные овощные и крупяные супы на мясном, рыбном бульонах, отваре грибов и овощей; фруктовые.
- Мясные и рыбные блюда различного кулинарного приготовления; сосиски, сардельки, вареные колбасы.
- Молоко и молочные продукты в натуральном виде и в блюдах. Обязательное включение кисломолочных продуктов.
- Яйца в отварном виде и в блюдах.
- Блюда из различной крупы, макаронных изделий, бобовых.
- Овощи и фрукты в сыром виде и после тепловой обработки.
- Зелень.
- Фруктовые и овощные соки, отвар шиповника и пшеничных отрубей.
- Чай, кофе, какао.
- Масло сливочное, коровье, топленое, растительные масла; ограниченно - маргарины.

ПРИКАЗ № 330 МЗРФ

**Ранее применяемые диеты
номерной системы (1-15)
объединяются или включаются в
систему стандартных диет,
которые назначаются при
различных заболеваниях в
зависимости от стадии и степени
тяжести или осложнений со
стороны органов или системы
организма.**

СИСТЕМА СТАНДАРТНЫХ ДИЕТ

Варианты стандартных диет	Обозначение стандартных диет	Ранее применяемые диеты номерной системы
1. Основная	ОВД	1, 2, 3, 5, 6, 7, 9, 10, 12, 13, 14, 15
2. С механическим и химическим щажением (щадящая диета)	ЩД	1б, 4б, 4в, 5п (вариант 1)
3. С повышенным количеством белка (высокобелковая диета)	ВБД	4э, 4аг, 5п (вариант 2), 7в, 7е, 9б, 10б
4. С пониженным количеством белка (низкобелковая диета)	НБД	7б, 7а
5. С пониженной калорийностью	НКД	8, 8ас, 9а, 10с

**СПАСИБО ЗА
ВНИМАНИЕ!!!!!!**

