

Диетотерапия при болезнях желудка и кишечника



Сильные возбудители желудочной секреции

- ◆ алкогольные и газированные напитки,
- ◆ бульоны и навары из мяса, рыбы, овощей, грибов,
- ◆ соленья,
- ◆ жареные блюда,
- ◆ консервы,
- ◆ копченые изделия из мяса и рыбы,
- ◆ снятое молоко,
- ◆ сырые овощи,
- ◆ крутые яйца,
- ◆ кофе,
- ◆ черный хлеб и другие продукты

Слабое стимулирующее влияние на желудочную секрецию

- ◆ питьевая вода,
- ◆ жирное молоко, сливки, творог,
- ◆ сахар, сахаристые продукты,
- ◆ свежий белый хлеб,
- ◆ крахмал, сырой яичный белок,
- ◆ хорошо вываренное мясо и свежая рыба,
- ◆ овощи в виде пюре,
- ◆ жиры,
- ◆ слизистые супы из круп, блюда из манной крупы и вареного риса
- ◆ пюре из сладких фруктов

Влияние на двигательную функцию

- ◆ зависит прежде от консистенции пищи: твердая пища эвакуируется из желудка позже, чем кашицеобразная.
- ◆ Быстрее всех эвакуируются из желудка углеводы, несколько медленнее белки и позже всего жиры.

Механическому раздражению слизистой желудка способствует

- ◆ большой объем пищи,
- ◆ применение неизмельченных, богатых грубой растительной клетчаткой и соединительной тканью продуктов;
- ◆ раздражение слизистой желудка вызывает холодная и горячая пища.

Богаты грубой растительной клетчаткой

- ◆ редька, репа,
 - ◆ фасоль, горох с шелухой,
 - ◆ незрелые фрукты,
 - ◆ крыжовник, виноград, изюм, смородина,
 - ◆ финики,
 - ◆ хлеб из муки грубого помола и т. д.
- 
- A stylized, dark teal silhouette of a mountain range is positioned in the bottom right corner of the slide, partially overlapping the text area.

Богаты соединительной тканью

- ◆ хрящи,
 - ◆ жилистое мясо,
 - ◆ кожа птиц, рыбы и др.
- 
- A stylized, dark teal silhouette of a mountain range is located in the bottom right corner of the slide, adding a decorative element to the background.

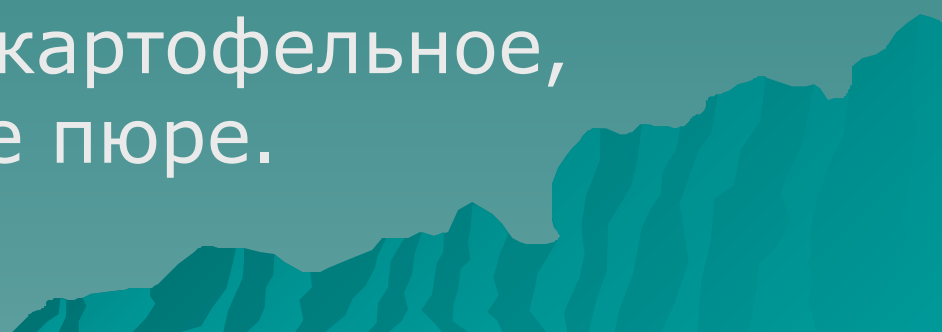
принцип «щажения»

1. В рацион включаются в первую очередь пищевые продукты, являющиеся слабыми возбудителями секреции,
 - ◆ быстро покидающие желудок и
 - ◆ не раздражающие слизистую
2. Постепенность перехода к нагрузочным рационам.

Функциональные нарушения желудочной секреции

- ◆ избегать больших перерывов в приеме пищи, излишеств в питании, употребления сильных ее стимуляторов,
- ◆ При повышенной возбудимости вегетативной нервной системы ограничивают углеводы до 150–200 г.
- ◆ При стойкой изжоге прием пищи каждые 2–3 ч

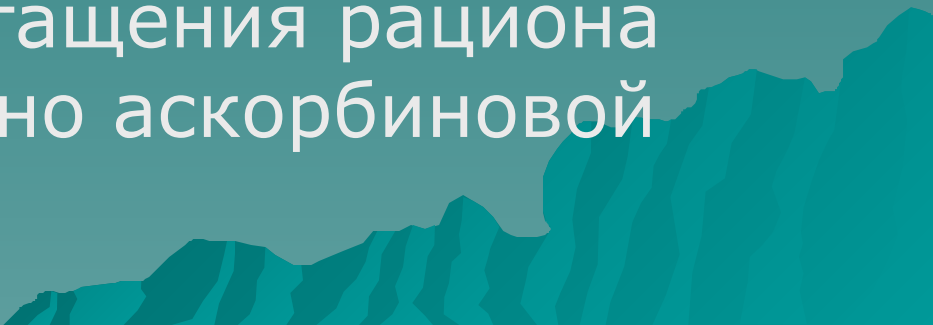
Острый гастрит

- ◆ дробное питание (5–6 раз)
 - ◆ пища и вода в теплом виде, несладкий слабозаваренный чай, отвар шиповника, ромашки, зверобоя;
 - ◆ Со 2–3-го дня: слизистые супы со слив. маслом, нежирный бульон, молоко, сливки, жидкие каши, мясное суфле, кисели, компоты.
 - ◆ с 3-4 дня: паровые котлеты, кнели, тефтели из нежирных сортов мяса и рыбы; протертые каши, пудинги, желе; картофельное, морковное, свекольное пюре.
- 

Острый гастрит

- ◆ с 5–6-го дня в рацион включаются супы из протертых овощей, отварная рыба, мясо, измельченные фрукты, белый подсушенный хлеб,
 - ◆ к 10–14-му дню - постепенный переход на обычное рациональное питание.
 - ◆ Это достигается последовательной сменой диет № 0, 1а, 1б, 1 или 2, 15.
- 

острый гастрит аллергической природы

- ◆ Дополнительное ограниченное введение соли
 - ◆ ограничение введения легкоусвояемых углеводов
 - ◆ постепенное расширение калорийности за счет постепенного увеличения количества белков, жиров и углеводов (с учетом их оптимального соотношения) и обогащения рациона витаминами (особенно аскорбиновой кислотой)
- 

нормализация стула

- ◆ При поносах – назначение гранатового, кизилового, грушевого, черничного соков, сока из черной смородины, компотов и киселей
- ◆ при склонности к запорам – морковного, абрикосового, черносливового, свекольного соков, протертых овощей, свежего кефира, простокваши

хронический гастрит с нормальной и повышенной желудочной секрецией

- ◆ диеты № 1а (до 5–7 дней),
 - ◆ № 1б (до 10–15 дней)
 - ◆ № 1 (до 2–3 месяцев)
- 
- A stylized, dark silhouette of a mountain range is positioned in the bottom right corner of the slide, adding a decorative element to the teal background.

хронический гастрит с нормальной и повышенной желудочной секрецией

- ◆ дробное питание и уменьшение объема пищи; теплой в жидком, кашицеобразном или протертом виде;
 - ◆ разрешаются слабые стимуляторы секреции.
 - ◆ ограничение соли
 - ◆ Вводится достаточное количество витаминов (А, В2, С и др.).
- 

хронический гастрит с нормальной и повышенной желудочной секрецией

- ◆ Исключаются сильные химические раздражители, возбуждающие секреторную деятельность желудка и нервную систему.
- ◆ Запрещаются продукты, богатые растительной клетчаткой и соединительной тканью

хронический гастрит с недостаточной секрецией

- ◆ Дробное питание с 4–5-разовым приемом пищи
- ◆ Прием пищи в теплом, хорошо проваренном и протертом виде
- ◆ Введение химических раздражителей (чай, какао, кофе, мясной и рыбный бульон, грибной навар, фруктовые и овощные соки, овощные навары)

хронический гастрит с недостаточной секрецией

- ◆ Исключаются продукты, богатые растительной клетчаткой и соединительной тканью
- ◆ Запрещаются копчености, острые и слишком соленые блюда, пряности, крепкие спиртные напитки, консервы, холодные напитки, мороженое, изделия из теста

Язвенная болезнь

- ♦ диета № 1а в течение 10–15 дней (в жидком или желеобразном виде),
- ♦ № 1б на 10–14 дней назначается диета (в кашицеобразном, пюреобразном) виде,
- ♦ диета № 1 (в протертом виде.)

Язвенная болезнь

- ◆ дробное питание
- ◆ некоторое уменьшение калорийности в начале лечения (диеты № 1а и 1б) за счет ограничения введения углеводов, пропорционально снижению энергозатрат (постельный режим).
- ◆ Ограничена соль
- ◆ повышенное содержание витаминов (С и В2 нужны для процессов регенерации и заживления)

Диетотерапия при болезнях кишечника

- ◆ щажение кишечника
 - ◆ Ослабление бродильных процессов (ум. углеводы)
 - ◆ сдвиг реакции кишечного содержимого в щелочную сторону (ум. углеводы)
 - ◆ угнетение гнилостных процессов (ум. белки)
- 

Опорожнению кишечника способствуют

- ♦ растительная клетчатка (овощи, фрукты, ягоды, хлеб из муки грубого помола, черный хлеб),
- ♦ соединительная ткань (жилистое мясо, хрящи, кожа птиц, рыбы),
- ♦ органические кислоты (однодневный кефир, простокваша, кумыс, пахта, квас),
- ♦ соль (солонина, сельдь, рыбья икра, соленая вода);
- ♦ сахаристые вещества (сахар, сиропы, мед, сладкие блюда, фрукты),
- ♦ жиры (сметана, сливки и т. д.),

Опорожнению кишечника способствуют

- ◆ холодные блюда и напитки;
- ◆ продукты, содержащие углекислоту (газированные напитки, кумыс, перебродившее пиво и т. д.);
- ◆ черносливовый, свекольный, морковный, абрикосовый соки.

Задерживают опорожнение кишечника

- ◆ какао, черный кофе, крепкий чай,
 - ◆ молоко,
 - ◆ гранат, кизил, айва, черника, брусника, груши,
 - ◆ слизистые супы, каши (кроме гречневой),
 - ◆ макаронные изделия,
 - ◆ кисели,
 - ◆ нежные сорта белого хлеба,
 - ◆ горячие жидкости и блюда,
 - ◆ натуральное красное вино
- 

Острый энтероколит

- ◆ максимальное механическое, химическое и термическое щажение кишечника, что достигается назначением в начале заболевания 1–2 «голодных» дней.
- ◆ В эти дни, помимо парентерального введения жидкости (5 % глюкоза, физиологический раствор), рекомендуется обильное питье (6–8 стаканов в сутки).
- ◆ В последующие 2–3 дня диета постепенно расширяется за счет продуктов, не раздражающих кишечник и не возбуждающих секрецию пищеварительных соков и движение кишок.

Острый энтероколит

- ◆ Показано употребление продуктов, богатых солями кальция (творог, неострые сорта протертого сыра).
- ◆ Исключаются молоко, соленые, острые, холодные блюда, сырые и вареные фрукты, овощи, консервированные и маринованные продукты, пряности, изделия из теста, жирная и жареная пища, мед, газированные напитки, черный хлеб.

Хронический энтерит и колит

- ◆ механическое, химическое и термическое щажение кишечника.
 - ◆ Резкое ограничение углеводов и повышенное содержание белка
 - ◆ повышенное количество витаминов
 - ◆ Пища употребляется в вареном или приготовленном на пару, протертом или измельченном виде.
- 
- A stylized, layered mountain range graphic in shades of teal and blue, located in the bottom right corner of the slide.

Хронический энтерит и колит

- ◆ Запрещаются овощи и фрукты в сыром и вареном виде, бобовые, орехи, изюм, молоко, пряности, жареные блюда, черный хлеб, изделия из сдобного теста, консервированные продукты, острые и соленые блюда и приправы, газированные напитки, жирные сорта мяса и рыбы, холодные блюда и напитки, все виды алкоголя, квас, черносливовый и свекольный соки.

Глютеновая энтеропатия

- ♦ связана с недостаточной выработкой слизистой оболочкой тонкой кишки специфической пептидазы, завершающей гидролиз глютена (клейковины) злаковых
- ♦ Продукты неполного гидролиза глютена (глиадина и др.) оказывают токсическое, повреждающее действие и нарушают всасывание белков, жиров, углеводов и др.
- ♦ Для ограничения глютена исключаются продукты из пшеницы, ржи, ячменя и овса
- ♦ Глютен отсутствует в кукурузе, рисе, соевых бобах, картофеле