



# **ЛЕЧЕБНОЕ И ЛЕЧЕБНО- ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ.**

**Преподаватель: врач КЛД  
Рябчикова Ольга Евгеньевна**

# ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ. ПОНЯТИЕ.

**Лечебное питание** (диетотерапия) система организации питания и использования с лечебной целью пищевых продуктов.

Назначается больному с целью лечения того или иного заболевания.

**Задача ЛП:** воздействовать на причины, вызвавшие заболевание, и способствовать скорейшему выздоровлению.

# ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ. ПОНЯТИЕ.

ЛП может быть единственным средством лечения при нарушении обмена веществ, некоторых желудочно-кишечных заболеваниях, болезнях почек и т.д.

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

# ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ. ПОНЯТИЕ.

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



# ЦЕЛЬ И ПРИНЦИПЫ ЛП.

**Цель диеты** - выбрать одно или несколько состояний пищи:

- включить особо рекомендуемые продукты или исключить нежелательные;
- провести подходящую кулинарную обработку;
- создать необходимую консистенцию пищи и включить режим питания.

# ЦЕЛЬ И ПРИНЦИПЫ ЛП.

## Принципы для составления лечебных диет:

- выбор диеты осуществлять с учетом основного заболевания + сопутствующих болезней + возраста + других особенностей;
- при определении калорийности рациона брать во внимание режим, предписанный больному;

# ЦЕЛЬ И ПРИНЦИПЫ ЛП.

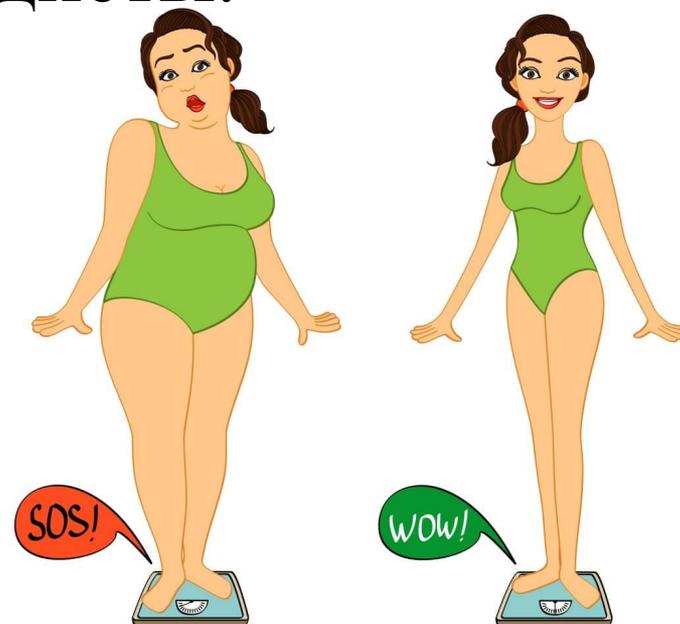
- должны быть покрыты физиологические потребности в Б и витаминах, т.к. их дефицит отрицательно сказывается на репаративных (восстановительных) процессах;
- в рацион больного должны включаться продукты, богатые клетчаткой;
- кулинарная обработка, консистенция пищи и режим питания должны соответствовать состоянию органов больного, влияющих на усвоение пищи;

# ЦЕЛЬ И ПРИНЦИПЫ ЛП.

- В диетическом и лечебном питании использовать метод щажения, когда применяются контрастные дни (замена строгих диет на менее щадящие), и дни разгрузки (частичное или полное голодание).

# ЦЕЛЬ И ПРИНЦИПЫ ЛП.

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



# ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ

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



# МЕХАНИЧЕСКОЕ ЩАЖЕНИЕ

Всю пищу готовят протёртой или мелкорубленной, без грубой корочки, исключают продукты богатые клетчаткой.



# ПРОДУКТЫ БОГАТЫЕ КЛЕТЧАТКОЙ

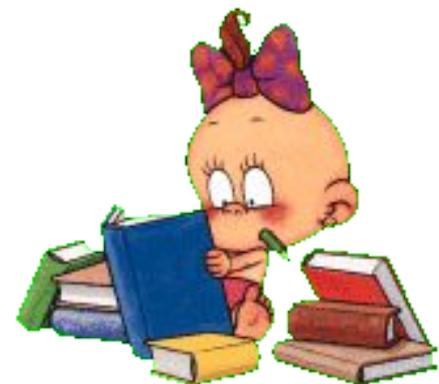
ФРУКТЫ, ЧЕЧЕВИЦА, БОБЫ, ХЛЕБ,  
ПОПКОРН, ЗЛАКИ С СУХОФРУКТАМИ,  
АРТИШОК, ФИСТАШКИ, ЯГОДЫ, ОВОЩИ



# ХИМИЧЕСКОЕ ЩАЖЕНИЕ

**Рекомендуют** отварную, запечённую, приготовленную на пару, на молоке, вегетарианскую пищу.

**Запрещают** острые, кислые и солёные продукты, жаренные блюда.



# ЗАПРЕЩАЕТСЯ



<http://df.at.ua/>



FreakingNews.com

# ТЕРМИЧЕСКОЕ ЩАЖЕНИЕ

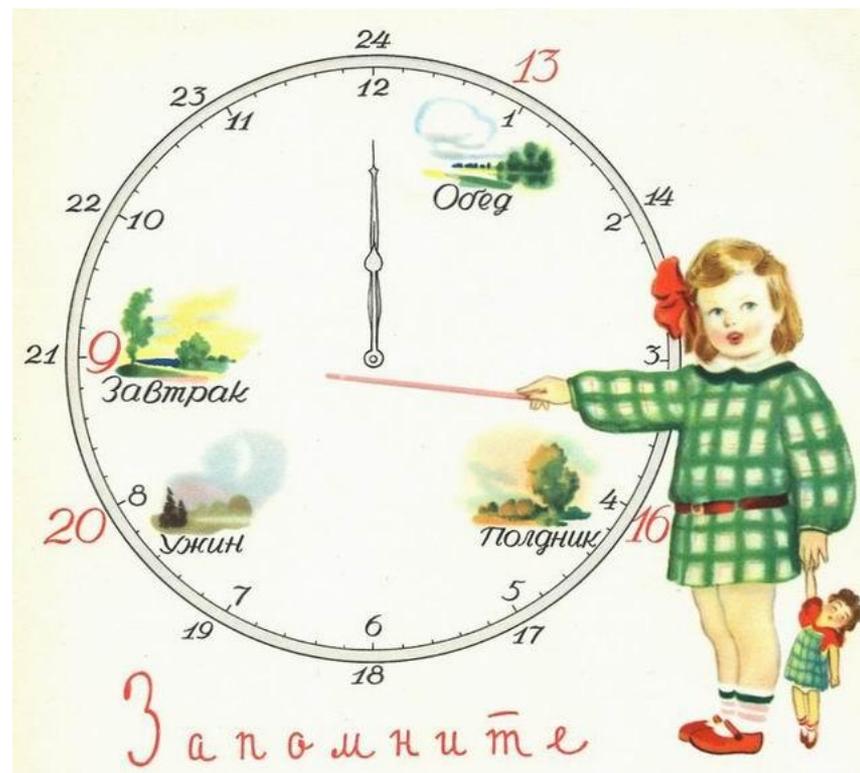
Для термического щажения оптимальная температура блюд 15 - 65°C

Запрещаются:



# РЕЖИМ ПИТАНИЯ

Важную роль в лечебном питании играет режим приема пищи, который позволяет равномерно распределить пищу в течении дня.



# СИСТЕМА ДИЕТ В ЛЕЧЕБНОМ ПИТАНИИ

**Номерная система диет** ( по М. И. Певзнеру) включает **15 рационов** и их многочисленные модификации в зависимости от особенностей течения заболеваний.

Разработано около **60** вариантов диетических столов.

# **СИСТЕМА ДИЕТ В ЛЕЧЕБНОМ ПИТАНИИ**

**На данный момент согласно Приказу №330 от 5.08.03 «О мерах по совершенствованию лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях Российской Федерации (с изменениями на 24 ноября 2016 года) ранее применявшиеся диеты номерной системы (диеты NN 1-15) объединяются или включаются в систему стандартных диет.**

# ПРИКАЗ №330

**Ответственные за диетическое питание лица:**

- общее руководство диетпитанием в ЛПУ осуществляет главный врач, а в его отсутствие – заместитель по лечебной части.
- ответственным за организацию лечебного питания является врач-диетолог.

# ПРИКАЗ №330

- в тех случаях, когда должность врача-диетолога в ЛПУ отсутствует, ответственным за эту работу является **медицинская сестра диетическая;**
- в подчинении врача-диетолога находятся медицинские сестры диетические и все работники пищеблока, обеспечивающие лечебное питание в ЛПУ в соответствии с данным Приказом.

# ПРИКАЗ №330

- на пищеблоке ЛПУ контроль за соблюдением технологии приготовления и выходом готовых диетических блюд осуществляет заведующий производством (шеф-повар, ст. повар);
- контроль за качеством готовых диетических блюд – врач-диетолог, медицинская сестра диетическая, дежурный врач, разрешающий выдачу готовой пищи в отделения.

# ПРИКАЗ №330

**Контроль правильности проводимой диетотерапии должен осуществляться путем проверки соответствия получаемых больными диет**

- по набору продуктов и блюд,
- технологии приготовления,
- химическому составу и энергетической ценности
- рекомендуемым характеристикам стандартных диет.

# ЛЕЧЕБНО – ПРОФИЛАКТИЧЕСКОЕ ПИТАНИЕ (ЛПП)

ЛПП – это питание лиц, работающих в условиях неблагоприятного воздействия производственной среды (фактора).



# ЛПП

## ЛПП направлено:

1. На повышение защитных функций организма (кожа, слизистой ЖКТ и верхних дыхательных путей).
2. На повышение биотрансформации и выведения из организма ядовитых веществ.
3. Усиление антитоксической функции печени, нормализацию всех органов и систем.

# ПРИКАЗ

## МИНЗДРАВСОЦРАЗВИТИЯ РФ ОТ

16.02.

### 2009 Г. N 46Н "ОБ УТВЕРЖДЕНИИ:

1. Перечня производств, профессий и должностей, работа в которых дает право на бесплатное получение ЛПП в связи с особо вредными условиями труда.
2. Рационов ЛПП.
3. Норм бесплатной выдачи витаминных препаратов.
4. Правил бесплатной выдачи ЛПП.

# ЦЕЛЬ И ЗАДАЧИ ЛПП

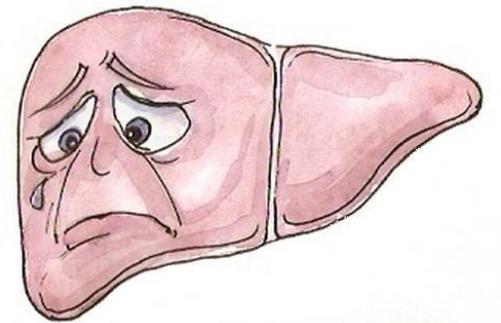
**Цель ЛПП:** алиментарных профилактика профессиональной патологии

**Задачи ЛПП:**

- обеспечение организма работающих дополнительным количеством нутриентов для компенсации повышенных потерь;
- адсорбция и уменьшение всасывания ксенобиотиков в пищеварительном тракте;

# ЗАДАЧИ ЛПП:

- детоксикация и ускоренное выведение всасавшихся в организм ядов;
- защита наиболее поражаемого органа, системы или путей метаболизма;
- повышение общей сопротивляемости организма;



# 3 ВИДА ЛПП( ТРУДОВОЙ КОДЕКС)

1. организация рационального питьевого режима и выдача поливитаминных препаратов в горячих цехах.
2. бесплатная выдача молока (или кисломолочных продуктов);
3. бесплатная выдача горячих завтраков;

Конкретный вид ЛПП выбирают в соответствии с утвержденным официальным «Перечнем производств, профессий и должностей **(более 3170)** , работа в которых дает право на бесплатное получение ЛПП в связи с условиями труда»

# ГОРЯЧИЕ ЗАВТРАКИ (РАЦИОНЫ ЛПП)

Выдают перед началом рабочей смены, за исключением работающих в условиях повышенного давления.

Горячие завтраки должны содержать не менее 50% суточной потребности в энергии и пищевых веществ.

**РАЦИОН № 1 для работников,  
контактирующих с  
радиоактивными веществами и ИИИ:**

- непосредственно занятых на добыче и переработке урановых и ториевых руд;
- получении и переработке урана, тория, трития, радия, тория-228, радия-228, актиния-228, полония, трансурановых элементов;
- занятых на атомных реакторах, на их прототипах, опытных термоядерных установках и мощных изотопных гамма-установках.

# РАЦИОН № 1

Рацион содержит *59 г белков, 51 г жиров, 159г углеводов*, дополнительно в его состав вводят *150 мг витамина С*.

Рацион должен обеспечивать дополнительное поступление в организм:

- антиоксидантных нутриентов,
- липотропных субстратов и
- обеспечивать защиту организма от радионагрузки, предотвращая перекисное окисление липидов и снижая последствия радиационного мутагенеза.

**РАЦИОН № 2** предназначен для ЛПП  
работников, контактирующих на  
производстве С:

- неорганическими кислотами, щелочными металлами, соединениями хлора и фтора, фосфорорганическими и цианистыми соединениями.

Он содержит *63г белка, 50г жира, 185г углеводов*, дополнительно в его состав вводят *витамин А и витамин С в количествах соответственно 2 и 100 мг.*

**РАЦИОН № 2А** предназначен для ЛПП работников, контактирующих на производстве с хромом и хромосодержащими соединениями.

Рацион должен обеспечивать гипоаллергенную направленность питания.

Он более строго сбалансирован по животным белкам и незаменимым аминокислотам, растительному маслу (ПНЖК), витаминам.

Рацион № 2а содержит *52 г белка, 63 г жира, 156 г углеводов*, с дополнительным включением витаминов *С — 150 мг, А — 2 мг, РР — 15 мг, S-метилметионина — 25 мг.*

# РАЦИОН 2А

Расширен ассортимент свежих овощей, фруктов и ягод за счет таких продуктов, как капуста, кабачки, тыква, огурцы, брюква, репа, салат, яблоки, груши, сливы, виноград, черноплодная рябина.



**РАЦИОН № 3** предназначен для ЛПШ работников, контактирующих на производстве с соединениями свинца.

Он содержит *64 г белка, 52 г жира, 198 г углеводов* и дополнительно *150 мг аскорбиновой кислоты*.

При назначении рациона № 3 обязательно должна предусматриваться ежедневная выдача блюд из овощей и фруктов, не подвергнутых термической обработки, для максимального сохранения в них витаминов и неперевариваемых пищевых волокон.

Используется хлеб из муки грубого помола и низкоочищенные крупы. А также вместо молока выдается кисломолочная продукция.

контактирующих на производстве с фосфорной кислотой, фосфорным ангидридом, фосфором и его другими

производными. Содержит значительное количество овощей и источников животного белка.

В этом рационе должны быть максимально сокращены жиры: как за счет небольшого количества масел, так и в результате использования нежирных сортов мяса и молочных продуктов.

Цельное молоко заменяется на кефир.

Все это способствует снижению всасывания фосфора в ЖКТ.

# РАЦИОН № 4А

Рацион № 4а содержит *54 г белка, 43 г жира, 200 г углеводов* с ДОПОЛНИТЕЛЬНЫМ ВКЛЮЧЕНИЕМ *витаминов С — 100 мг и В, — 2 мг.*



**РАЦИОН № 4Б** предназначен для ЛПП работников, контактирующих на производстве с

- очень опасными для здоровья анилиновыми и толуидиновыми производными,
- динитрохлорбензолом и динитротолуолом.

Действие рациона направлено на снижение инкорпорации указанных химических соединений и повышение клеточных защитноадаптационных механизмов.

# РАЦИОН № 4Б

С этой целью рацион включает в себя разнообразные растительные компоненты и обогащен широким спектром витаминов и глютаминовой кислотой, обеспечивающей общее дезинтоксикационное действие:

Витамины С — 150 мг, В — 2 мг, В2 — 2 мг, В6 — 3 мг, РР — 20 мг, Е — 10 мг, глютаминовая кислота — 500 мг.

**Рацион № 4б** содержит 56 г белков, 56 г жиров, 164 г углеводов.

**РАЦИОН № 5** предназначен для ЛПП работников,  
контактирующих на производстве с

- с углеводородами, сероуглеродом,
- этиленгликолем, фосфорорганическими пестицидами,
- полимерными и синтетическими материалами, марганцем.

**Действие рациона №5:** защита нервной системы и печени.

# РАЦИОН № 5

Он содержит *лецитин, ПНЖК, полноценные животные белки.*

Дополнительно выдается витамин В1 (4 мг) и аскорбиновая кислота (150 мг).

Рацион содержит *58 г белков, 53 г жиров, 172 углеводов.*

Витамины в виде горячих завтраков, добавляется в водный раствор, в третьи блюда (С, гр. В) или в масляных растворах в гарниры (А и Е).

# МОЛОКО (КИСЛО-МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ)

На работах с вредными условиями труда работникам выдаются бесплатно по установленным нормам молоко или другие равноценные пищевые продукты.

Перечень вредных производственных факторов, при воздействии которых в профилактических целях рекомендуется употребление молока, насчитывает около 1 000 наименований химических веществ.

# МОЛОКО (КИСЛО-МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ)

Норма бесплатной выдачи молока составляет **0,5 л за смену независимо от** ее продолжительности.

Вместо молока работникам могут выдавать кисломолочные продукты.

Основанием для замены может служить профилактическая целесообразность.

# МОЛОКО (КИСЛО-МОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ)

Работникам, занятым производством или переработкой антибиотиков, вместо свежего молока следует выдавать кисло-молочные продукты, обогащенные пробиотиками или приготовленный на основе цельного молока колибактерин.

# РАБОТА В УСЛОВИЯХ ВЫСОКИХ ТЕМПЕРАТУР

- введение в рацион витамин, которые теряются с потом;
- организация специального питания и водопотребления

При высокой температуре организму нужен полноценный белок, НО не превышать его физиологическую норму.

# РАБОТА В УСЛОВИЯХ ВЫСОКИХ ТЕМПЕРАТУР

Отличаясь высоким потенциалом термогенеза, избыточный белок, в отличие от жиров и углеводов может увеличивать внутреннюю теплопродукцию и снижать запасы внутриклеточной воды.



# ПИТЬЕВОЙ РЕЖИМ

- Регулярный прием расчетного количества воды (100.....250 мл) или другой выбранной жидкости через каждые 25-30 мин работы.
- Помимо пресной воды, целесообразно использовать минеральные воды, белково-витаминные напитки, корректоры водно-солевых потерь, зелёный чай и другие разрешенные травяные чаи.

# ЛПП ВЫДАЁТСЯ ТАКЖЕ:

- работникам других производств и работникам, занятым на строительных, строительномонтажных, ремонтно-строительных и пусконаладочных работах, работающим полный рабочий день в действующих производствах с особо вредными условиями труда, в которых предусмотрена выдача ЛПП;

# ЛПП ВЫДАЁТСЯ ТАКЖЕ:

- рабочим, проводящим чистку и подготовку оборудования к ремонту или консервации в цехе (на участке) организации, для рабочих которого предусмотрена выдача ЛПП;
- инвалидам вследствие профессионального заболевания, пользовавшимся ЛПП непосредственно перед наступлением инвалидности по причине, вызванной характером их работы, - до прекращения инвалидности, но не свыше одного года со дня установления инвалидности;

# ЛПП ВЫДАЁТСЯ ТАКЖЕ:

- работникам, имеющим право на бесплатное получение ЛПП и временно переведенным на другую работу в связи с начальными явлениями профессионального заболевания по причине, вызванной характером их работы, - на срок не свыше одного года;
- женщинам, занятым до момента наступления отпуска по беременности и родам в производствах, профессиях и должностях, дающих право на бесплатное получение ЛПП, - на всё время отпуска по беременности и родам.

**ПРЕЗЕНТАЦИЯ  
ОКОНЧЕНА**

**СПАСИБО ЗА  
ВНИМАНИЕ :T**