





Алтынбекова З.Б.,
преподаватель высшей категории,
Дихтярёва С. А.
Преподаватель I категории

Потребность пациента в пище и жидкости. Организация питания в стационаре.





Гиппократ писал «если отец болезни не всегда известен, то всегда мать ее — пища» (безусловно, под последней великий врачеватель имел в виду неправильное питание).

За последние **10** лет количество людей страдающих избыточной массой тела увеличилось на **75%.**

Это **1,7** миллиардов человек или **1/6** населения Земли. **300** млн. поставлен диагноз — ожирение.

Через **20** лет **40%** мужчин и **50%** женщин будут страдать ожирением.

ВОЗ объявила ОЖИРЕНИЕ – неинфекционной эпидемией **XXI** века.

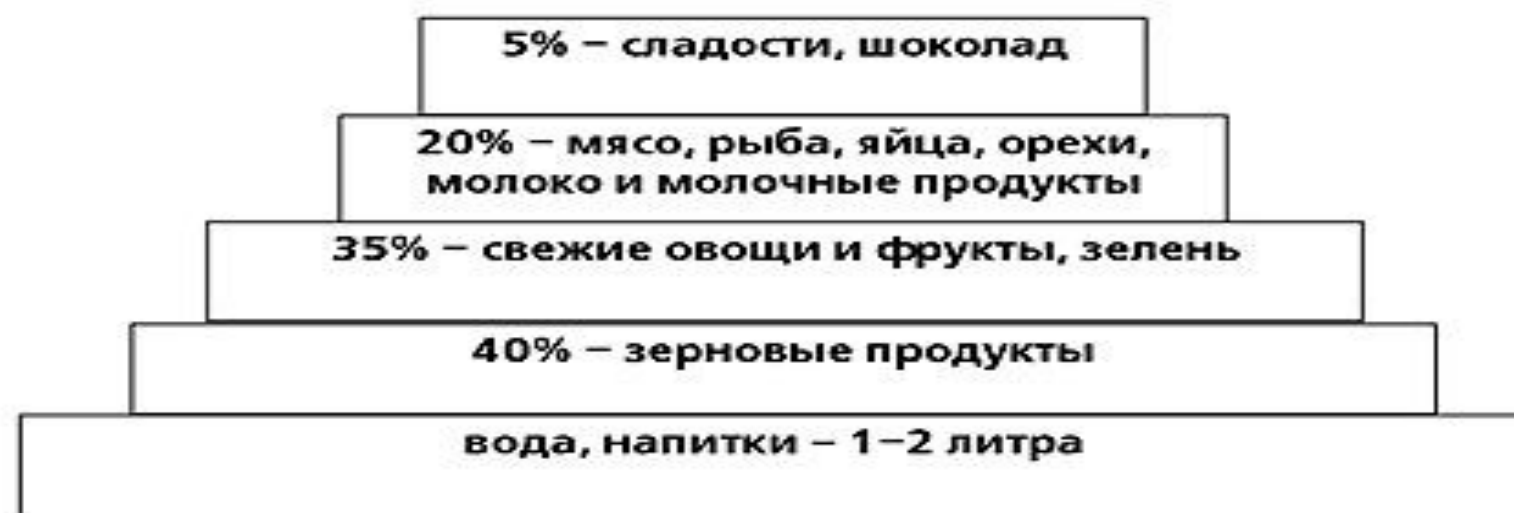
Питание - сложный процесс поступления, переваривания, всасывания и усвоения в организме питательных веществ, необходимых для покрытия его энергетических затрат, построения и возобновления клеток и тканей организма, регуляции физиологических процессов.



Правильное, рациональное или здоровое питание каждого человека - и мужчины, и женщины, и ребенка подразумевает поступление в организм адекватного количества энергии и широкого спектра пищевых веществ (нутриентов), необходимых для постоянного обновления всех клеток и тканей, нормального функционирования органов и систем, для правильного протекания процессов обмена веществ.



Оптимальный рацион



Основа здорового питания

Рациональное питание –
это полноценное питание здоровых людей с учетом их возраста, характера труда, пола. Помогает сохранить здоровье, поддерживает высокую работоспособность, повышает сопротивляемость вредным факторам окружающей среды

Пищевой рацион –
набор продуктов, который должен покрывать энергетические затраты организма, иметь определенные составные части в определенном соотношении

Режим питания –
это время и число приемов пищи, соблюдение определенного интервала между приемами пищи

Условия приема пищи – обстановка, в которой принимается пища, сервировка стола, атмосфера.
Способствуют хорошему аппетиту, правильному пищеварению и усвоению пищи

Адекватное питание включает в себя пищевые волокна, которые способствуют улучшению работы ЖКТ, нормализуют работу кишечника.

ПИЩЕВЫЕ ВОЛОКНА

КЛЕТЧАТКА

ржаной хлеб
отруби
«грубые» овощи

ПЕКТИНЫ

свекла
яблоки
смородина



Клетчатка



Пектины



- Впитывают в себя вредные вещества в кишечнике, в том числе тяжелые металлы и радионуклиды
- Уменьшают гнилостные процессы в кишечнике
- Способствуют заживлению слизистой оболочки кишечника



ОСНОВЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ



□ **ПИТАНИЕ** — одна из основных фундаментальных потребностей человека

□ **РАЦИОНАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ** (от латинского слова — разумный) - это физиологически полноценное питание здоровых людей с учетом их пола, возраста, характера труда и других факторов

ФУНКЦИИ ПИЩИ



- ❑ ЭНЕРГЕТИЧЕСКАЯ – углеводы, жиры
- ❑ ПЛАСТИЧЕСКАЯ – белки
- ❑ БИОРЕГУЛЯТОРНАЯ – белки, витамины
- ❑ ПРИСПОСОБИТЕЛЬНО-РЕГУЛЯТОРНАЯ –
пищевые волокна, вода
- ❑ ЗАЩИТНО-ПРИСПОСОБИТЕЛЬНАЯ –
профилактические и лечебные свойства
качественно различных рационов питания
- ❑ СИГНАЛЬНО-МОТИВАЦИОННАЯ –
пряности

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ

- 1 принцип: соответствие энергетической ценности рациона энергозатратам организма

Энергетическая ценность пищи - количество энергии, выделяемое при окислении пищевых веществ:

1 г белка – 4 ккал, 1 г жира – 9 ккал, 1 г углеводов – 4 ккал

Суточная потребность человека в калориях должна обеспечивать все энергетические запросы организма, а также, поддержание нормальной массы тела.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ



□ 2 принцип:

сбалансированность питания

Питание, характеризующееся оптимальным соотношением пищевых компонентов, называют сбалансированным

соотношение:

БЕЛКИ	ЖИРЫ	УГЛЕВОДЫ
1	1	4

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ



□ 3 принцип: соблюдение режима:
РЕЖИМ ПИТАНИЯ
РАЗНООБРАЗИЕ
УМЕРЕННОСТЬ

**Зависимость кратности
питания и калорийности пищи:**

1 завтрак – 15 %;

2 завтрак – 20 %;

Обед – 40-45 %;

Ужин – 20 %.

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ РАЦИОНАЛЬНОГО ПИТАНИЯ

Умеренность в еде

Для оценки адекватности питания используют индекс Кетле (индекс массы тела)

$$\text{Индекс Кетле} = \frac{\text{Масса тела в кг}}{(\text{Рост в метрах})^2}$$



Значение ИМТ	Оценочный уровень
$\text{ИМТ} < 18,5$	Низкая масса тела
$18,5 \leq \text{ИМТ} < 25$	Нормальная масса тела
$25 \leq \text{ИМТ} < 30$	Избыточная масса тела
$30 \leq \text{ИМТ} < 35$	I степень ожирения
$35 \leq \text{ИМТ} < 40$	II степень ожирения
$\text{ИМТ} \geq 40$	III степень ожирения

РЕКОМЕНДОВАННЫЕ ПРАВИЛА ПИТАНИЯ



- ❑ Соблюдать гигиенические нормы при приготовлении и хранении продуктов
- ❑ Регулярно принимать пищу в одно и то же время
- ❑ Разнообразить пищу
- ❑ Перед приемом пищи желательно употреблять один стакан воды
- ❑ Избегать переедания, контролировать прием поваренной соли, жиров, сладостей
- ❑ После приема пищи двигаться, а не лежать
- ❑ Принимать пищу за 2-3 часа до сна

ОСНОВЫ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ



- **ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ** — применение в лечебных или профилактических целях специально составленных рационов питания и режима приема пищи
- **ДИЕТА** (греч. diaita — образ жизни, режим питания) - рацион и режим питания больного человека

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ

□ 1 принцип: индивидуальный подход:

- к определению рациона питания
- режима приема
- способа кулинарной обработки
- с учетом количественного и качественного соответствия характеру болезни, особенностям организма пациента



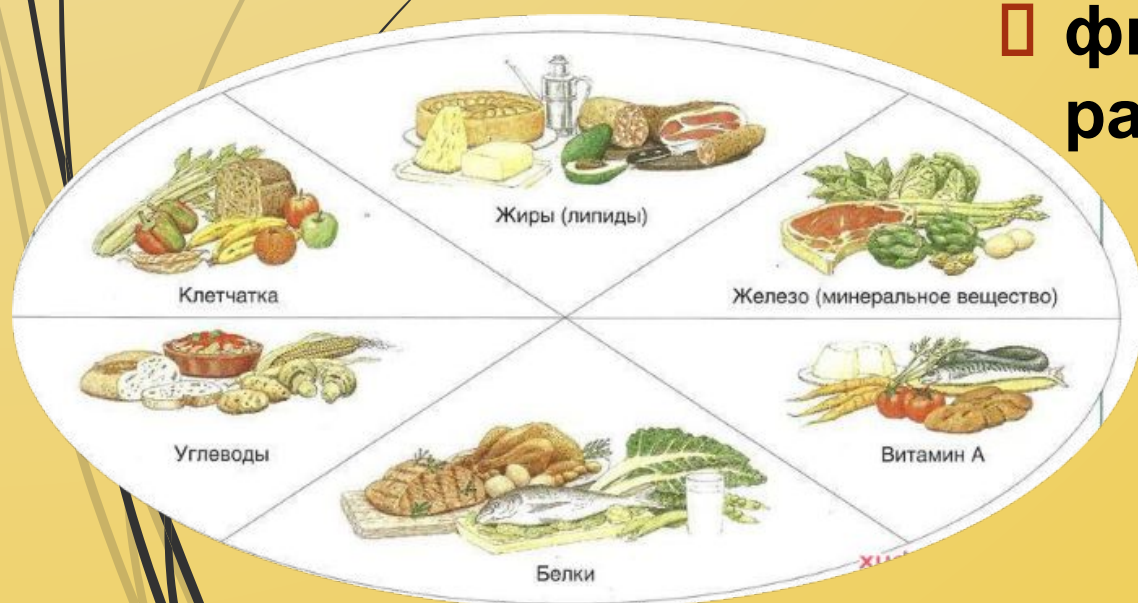
ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ

□ 2 принцип: сбалансированность пищи

□ по составу

□ физиологически
рационов

полноценных



ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ



□ **3 принцип: щажение** пищеварительной системы и всего организма в целом:



ЩАЖЕНИЕ

механическое

химическое

термическое

определенный
способ
кулинарной
обработки

определенный
способ
приготовления
пищи

соблюдение
низких температур
в лечебном
питании

ОСНОВНЫЕ ПРИНЦИПЫ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ

□ 4 принцип: принцип тренировки:

- постепенное расширение строгой диеты
- дозированное снятие ограничений вплоть до перехода на рациональное питание



ОРГАНИЗАЦИЯ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ В СТАЦИОНАРЕ

Форма № 1-84

к Инструкции по организации лечебного питания
в лечебно-профилактических учреждениях

Порционник

на питание больных « ____ » _____ 20__ г.

Отделение _____

Наименование отделения	Количество больных	Стандартные диеты				

Зав. отделением

_____ (подпись)

Ст. медсестра отделения

_____ (подпись)

Медсестра диетического
отделения

_____ (подпись)

ОРГАНИЗАЦИЯ ЛЕЧЕБНОГО ПИТАНИЯ В СТАЦИОНАРЕ



Приказ Минздрава России
от 05.08.2003 № 330

«О мерах по совершенствованию
лечебного питания в лечебно-
профилактических учреждениях
Российской Федерации»

СИСТЕМА СТАНДАРТНЫХ ДИЕТ

КОНТРОЛЬ САНИТАРНОГО СОСТОЯНИЯ ТУМБОЧЕК И ХОЛОДИЛЬНИКОВ



В ХОЛОДИЛЬНИКЕ ХРАНЯТ:

- ❑ фрукты
- ❑ свежие молочные продукты в упаковке – **не более 1 суток;**
- ❑ кисломолочные – **не более 2 суток.**

Продукты помещают в индивидуальные пакеты с указанием даты,
ФИО пациента и номера палаты

25.02.2016

Смирнов Михаил Петрович

палата № 6

КОНТРОЛЬ ПЕРЕДАЧ ПАЦИЕНТАМ



□ Контроль за хранением и ассортиментом продуктов, разрешенных к передаче посетителями, возложен на **палатную медсестру**. Продукты принимают в отделение в дни посещений и установленные часы согласно режиму дня отделения

□ **ЗАПРЕЩЕНО** передавать консервы, торты, вареные колбасы, алкоголь

СИСТЕМА СТАНДАРТНЫХ ДИЕТ

В основу принципов построения стандартных диет заложены следующие показатели:

- среднесуточный набор продуктов
- количественный и качественный состав основных пищевых веществ
- энергетическая ценность лечебного рациона
- содержание в составе диеты белка
- технология приготовления диетических блюд

СИСТЕМА СТАНДАРТНЫХ ДИЕТ

- Основной вариант стандартной диеты – **ОВД**
- Вариант диеты с механическим и химическим щажением (щадящая диета) – **ЩД**
- Вариант диеты с повышенным количеством белка (высокобелковая диета) – **ВБД**
- Вариант диеты с пониженным количеством белка (низкобелковая диета) – **НБД**
- Вариант диеты с пониженной калорийностью – **НКД**

СИСТЕМА СТАНДАРТНЫХ ДИЕТ

Основной вариант стандартной диеты – ОВД

- **Цель назначения:** нормализация секреторной деятельности желудочно-кишечного тракта, моторики кишечника, функций печени и желчного пузыря, создание условий для нормализации обмена веществ организма и быстрого выведения токсических продуктов обмена (шлаков), разгрузка сердечно-сосудистой системы, нормализация холестерина и межклеточного обмена веществ, повышение резистентности и реактивности организма.
- **Характеристика.** Диета с физиологическим содержанием белков, жиров и углеводов, обогащенная витаминами и минеральными веществами, растительной клетчаткой. При назначении диеты пациентам с сахарным диабетом исключают сахар (рафинированные углеводы).
- **Энергоценность** рациона: 2 170-2 400 ккал.
- **Исключения в диете:** острые приправы, копчености, кондитерские изделия на кремовой основе, жирные сорта мяса и рыбы, шпинат, щавель, чеснок, бобовые, крепкие бульоны, окрошка.
- **Способ приготовления пищи:** в отварном виде, запеченная на пару.
- **Режим питания:** 4-6 раз в день, дробный.

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

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 № 1

Запрещают:

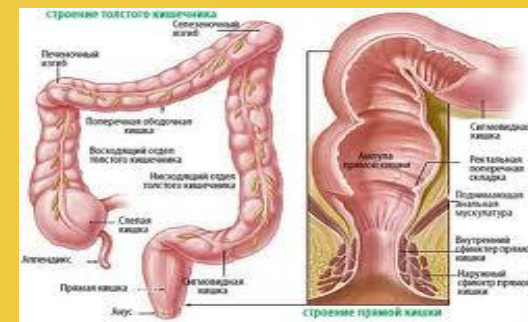
жареные блюда,
мясные, рыбные,
грибные бульоны,
острые закуски,
маринады,
копчёности,
колбасные изделия,
ржаной хлеб,
консервы, капусту,
репу, редис, редьку,
щавель.



ДИЕТА № 2

Назначение: хронические гастриты с секреторной недостаточностью, хронические колиты.

Цель: стимулировать секреторную деятельность желудка и нормализовать двигательную функцию ЖКТ путём механического, термического щажения.
(Гастрит - воспаление слизистой оболочки желудка,
(Колит — воспалительное заболевание внутренней оболочки толстого кишечника)



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 №2

Запрещают:

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



**Молоко цельное
пастеризованное**

**Жирность 3,5% - 5%
Масса 500 г**

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.

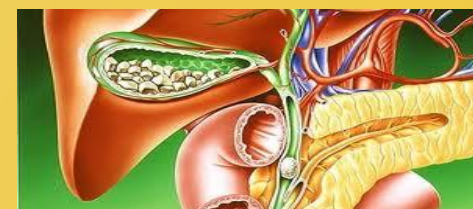
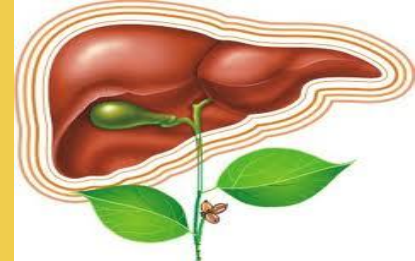
Общая характеристика диеты.

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.

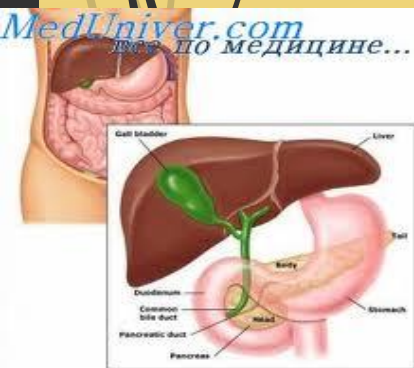
ДИЕТА №5

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

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



MedUniver.com
по медицине...



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 №5

Запрещают:

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



www.kaknado.su



ДИЕТА №6

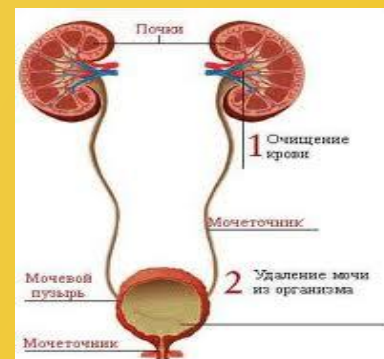
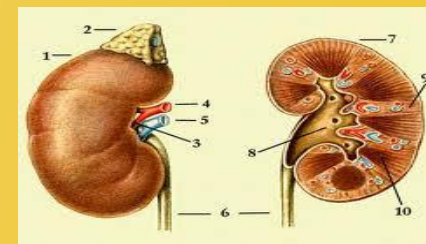
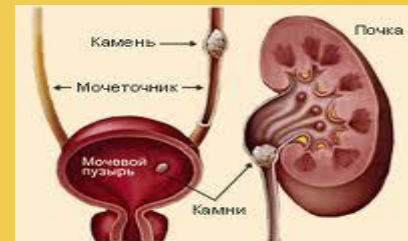
Назначение: мочекаменная болезнь с образованием камней из солей мочевой кислоты

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 натошак - питье.



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 помогают сохранить наши почки здоровыми.

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.

ДИЕТА №7

Запрещают:

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



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. Кроме человека, данному заболеванию подвержены также некоторые животные, например, кошки.

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 №9

Запрещают:

~~сахар;~~
~~кондитерские и сдобные~~
~~мучные~~
~~изделия;~~
~~блюда из рисовой, манной~~
~~крупы;~~
~~сладкие овощи, плоды и~~
~~ягоды;~~
~~жирные мясные блюда,~~



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, излишнего веса и ожирения.

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 №10

Запрещают:

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

ДИЕТА №11

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

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

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 №11

Запрещают:

**острые приправы,
острые закуски,
тугоплавкие жиры.**



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.

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: выздоравливающие 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.

СИСТЕМА СТАНДАРТНЫХ ДИЕТ

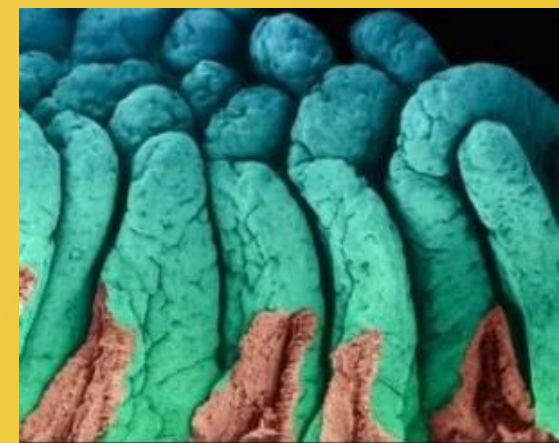
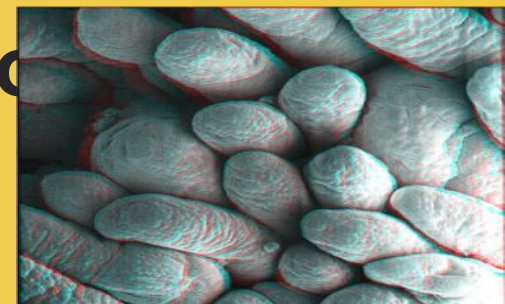
Щадящая диета – ЩД

- **Цель назначения:** умеренное механическое, химическое и термическое щажение способствует ликвидации воспалительного процесса, нормализации функционального состояния органов желудочно-кишечного тракта, снижению рефлексорной возбудимости.
- **Характеристика.** Диета с физиологическим содержанием белков, жиров и углеводов, обогащенная витаминами, минеральными веществами, с умеренным ограничением химических и механических раздражителей слизистой оболочки рецепторного аппарата желудочно-кишечного тракта.
- **Энергоценность рациона:** 2 170—2 480 ккал.
- **Исключения в диете:** острые закуски, приправы, пряности, свежий хлеб, жирные сорта мяса и рыбы, сливки, сметана, бобовые, рассыпчатые каши, крепкие бульоны.
- **Способ приготовления пищи:** в отварном виде, запеченная, на пару, протертая и не протертая.
- **Режим питания:** 5-6 раз в день, дробный.

ДИЕТА №4

Назначение: острые хронические заболевания кишечника в период обострения с выраженными дисфункцией (диарея).

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



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.

*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.



СИСТЕМА СТАНДАРТНЫХ ДИЕТ

Высокобелковая диета – ВБД

- **Цель назначения:** стимуляция синтеза белка в организме, умеренное химическое щажение органов ЖКТ, почек; повышение иммунологической активности организма, активизация процессов кроветворения, стимуляция заживления и уменьшение явлений воспаления.
- **Характеристика.** Диета с повышенным количеством белков, нормальным количеством жиров, сложных углеводов и ограничением легкоусвояемых углеводов. Ограничение химических и механических раздражителей желудка и желчевыводящих путей.
- **Энергоценность рациона:** 2 080—2 690 ккал.
- **Исключения в диете:** жирные мясо-молочные продукты, копченая и соленая рыба, бобовые, кондитерские изделия на кремовой основе, специи, газированные напитки.
- **Способ приготовления пищи:** в отварном виде, запеченная, тушеная, на пару.
- **Режим питания:** 4-6 раз в день, дробный.

СИСТЕМА СТАНДАРТНЫХ ДИЕТ

Низкобелковая диета – НБД

- **Цель назначения:** максимальное щажение функции почек, увеличение диуреза и улучшение выведения азотистых шлаков и недоокисленных продуктов обмена из организма, создание благоприятных условий кровообращения.
- **Характеристика:** ограничение белка — 20—60 г в день.
- Пища без соли, обогащенная витаминами, минеральными веществами, жидкости не более 1 литра. Молоко добавляют только в блюда.
- **Энергоценность рациона:** 2 120-2 650 ккал.
- **Исключения в диете:** субпродукты, рыба, колбаса, сосиски, алкоголь, соленые закуски, приправы, бобовые, какао, шоколад.
- **Способ приготовления пищи:** в отварном виде, на пару, не протертая, не измельченная.
- **Режим питания:** 4—6 раз в день, дробный.

СИСТЕМА СТАНДАРТНЫХ ДИЕТ

Вариант диеты с пониженной калорийностью – НКД

- **Цель назначения:** предупреждение и устранение избыточного накопления жировой ткани в организме, нормализация белкового, водного, витаминного, жирового и холестерина обмена, восстановление метаболизма, улучшение состояния кровообращения, уменьшение массы тела.
- **Характеристика:** умеренное ограничение энергоценности, преимущественно за счет жиров и углеводов, исключение простых сахаров, ограничение животных жиров, поваренной соли (3-5 г в день). В рационе — растительные жиры, пищевые волокна, ограничение жидкости 800—1 500 мл.
- **Энергоценность рациона:** 1 340—1 550 ккал.
- **Исключения в диете:** субпродукты, рыба, колбаса, копчености, майонез, белый хлеб, сливки, сметана, макаронные изделия, маринованные и соленые овощи, изюм, финики инжир, виноград.
- **Способ приготовления пищи:** в отварном виде, на пару.
- **Режим питания:** 4—6 раз в день, дробный.

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

Рекомендуют:

**хлеб ржаной (150г/день);
молоко, кефир, обезжиренный творог и блюда из него, неострый сыр;
нежирную говядину, кури, 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.**

ДИЕТА №8

Запрещают:

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



РАЗДАЧА ПИЩИ ПАЦИЕНТАМ



- ❑ Осуществляется буфетчицей и палатной м/с в соответствии с данными порционника в течение 2 часов после ее изготовления и доставки в отделение
- ❑ Перед раздачей пищи необходимо вымыть руки и надеть халат, маркированный «Для раздачи пищи»
- ❑ Младший медперсонал, занятый уборкой помещений, к раздаче пищи не допускается

РАЗДАЧА ПИЩИ ПАЦИЕНТАМ



ПЕРЕД ТЕМ КАК ПРИСТУПИТЬ К КОРМЛЕНИЮ ТЯЖЕЛОБОЛЬНОГО ПАЦИЕНТА:

- необходимо сделать все лечебные процедуры
- осуществить физиологические отправления пациента
- необходимо проветрить палату
- придать пациенту полусидящее положение (приподнять изголовье) или повернуть голову пациента на бок
- помочь пациенту помыть руки
- грудь пациента накрывают салфеткой, а при необходимости подкладывают клеенку

РАЗДАЧА ПИЩИ ПАЦИЕНТАМ



**ПОСЛЕ КОРМЛЕНИЯ
ТЯЖЕЛОБОЛЬНОГО
ПАЦИЕНТА НЕОБХОДИМО:**

- помочь пациенту прополоскать рот или, если он не в состоянии этого сделать сам, провести орошение полости рта теплой кипяченой водой**
- убрать остатки пищи и посуду**

РАЗДАЧА ПИЩИ ПАЦИЕНТАМ

КОРМЛЕНИЕ ТЯЖЕЛОБОЛЬНОГО ПАЦИЕНТА:



Проблемы пациента

- незнание принципов рационального питания
- незнание принципов адекватного питания
- незнание принципов диетического питания
- невозможность самостоятельного приёма пищи
- страх перед возможным недержанием кала и мочи
- злоупотребление диет, слабительных
- отсутствие мотивации для адекватного или диетического питания
- ?

Частое питание фаст-фудом:



**нарушают иммунитет человека
увеличивают риск развития диабета,
онкологических заболеваний,
снижают количество тестостерона,
нарушают обмен простагландинов
нарушают работу цитохром с-оксидазы —
главного фермента, обезвреживающего
канцерогенные и некоторые лекарственные
ТОКСИНЫ.**

- По результатам 14-летних наблюдений английских учёных, опубликованных в *en:British Medical Journal* (№ 11, 1998), смертность от ишемической болезни сердца и число инфарктов миокарда среди любителей продуктов, содержащих трансизомеры жирных кислот, намного выше, а рак молочной железы встречается на 40 % чаще.

Ожирение



Булимия

- ❑ Расстройство приёма пищи, характеризующее резким усилением аппетита, наступающим обычно в виде приступа и сопровождающееся чувство мучительного голода.



Анорекия

- Тяжёлое психическое заболевание, в процессе которого человеком овладевает патологическое стремление к потере веса, отказ от приёма пищи при сохранении аппетита

Анорекия



Кахексия

Крайнее истощение организма, которое характеризуется общей слабостью, резким снижением веса, активности физиологических процессов, а также изменением психического состояния больного.



Диета. 3 дня ешь одни овощные салаты, потом 4 дня сидишь на одном кефире, потом 5 дней пьешь один травяной чай, потом 7 дней пьешь только воду... Потом 9 дней... Потом 40 дней...

Виды искусственного питания

ИСКУССТВЕННОЕ ПИТАНИЕ

-введение питательных веществ в организм, минуя естественный путь.

Энтеральное
питание
(через ЖКТ)

Парентеральное
питание (минуя
ЖКТ)



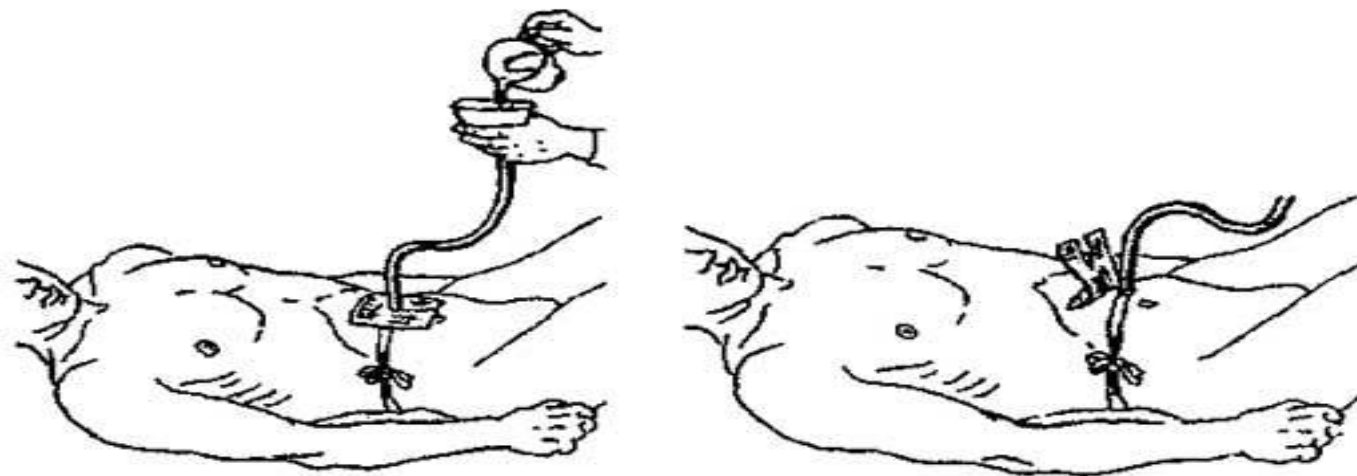
Виды искусственного питания

ИСКУССТВЕННОЕ ПИТАНИЕ

При целом ряде заболеваний кормление пациента естественным путем через рот затруднено или невозможно, в таком случае прибегают к искусственному питанию.



ГАСТРОСТОМА



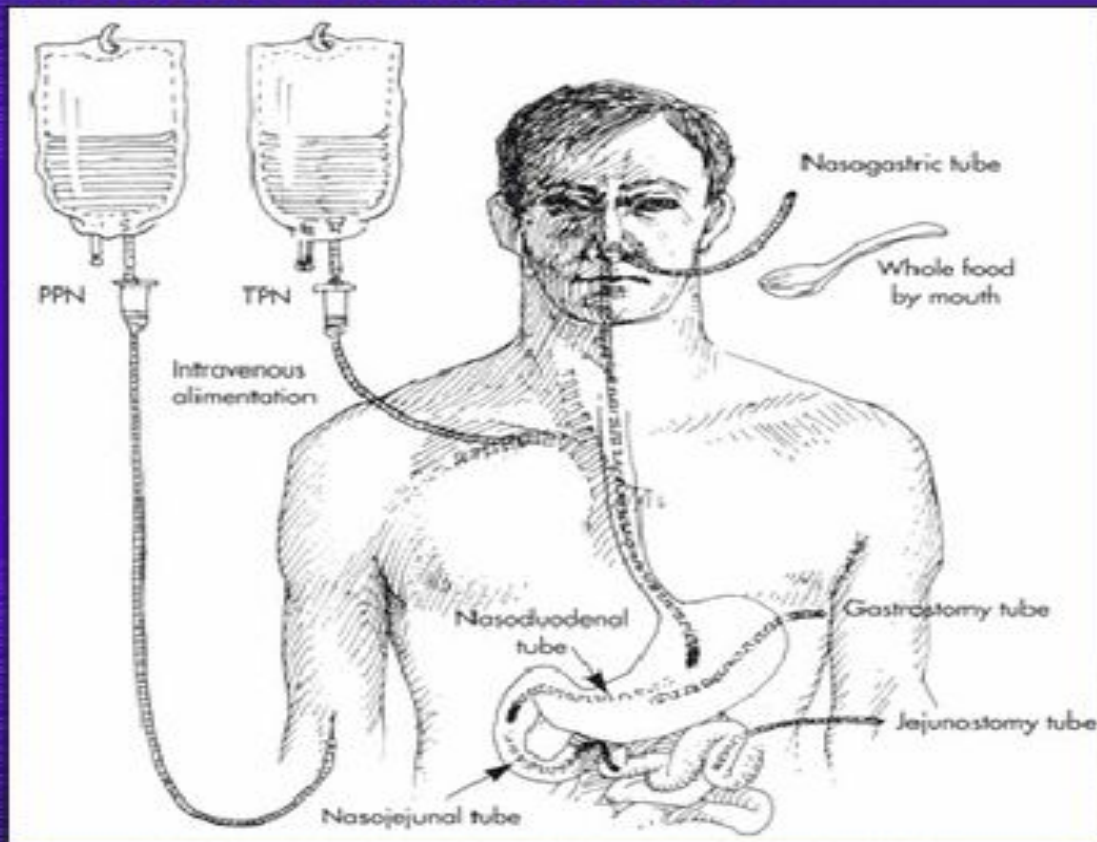
Так
выглядит
гастростома

НАЗОГАСТРАЛЬНЫЙ ЗОНД



ПАРЕНТЕРАЛЬНОЕ ПИТАНИЕ

Parenteral Nutrition



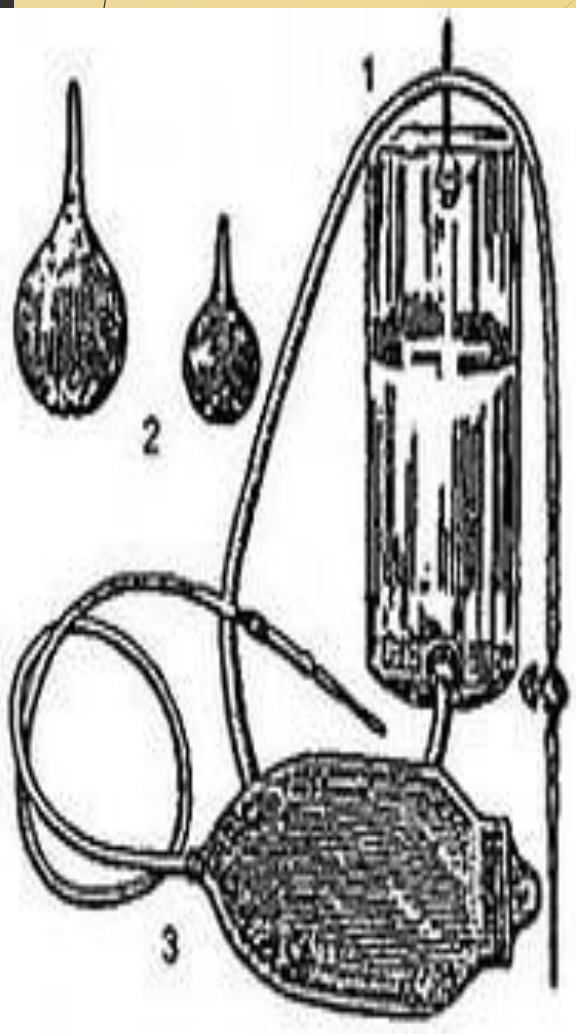
Graphic source: http://www.rxdynamics.com/tpntutorial/1_4.html



ПАРЕНТЕРАЛЬНЫЕ ПРЕПАРАТЫ



ПИТАТЕЛЬНЫЕ КЛИЗМЫ



<http://prizvanie.su>

Здоровое питание – отличная учёба!

Профессиональные заболевания учащихся – холецистит, панкреатит, гастрит, язвенная болезнь желудка.

Факторы, способствующие этим заболеваниям:

- Питание наспех;
- Питание всухомятку;
- Питание с большими перерывами;
- Употребление копчёной, жареной, острой, горячей и холодной пищи;
- Жевание жевательной резинки;
- Употребление алкоголя, курение.

**Спасибо
за внимание!**



**Приятного
Аппетита**