

# Призентация по теме « Лечебные столы »

Сделал : Студент группы МС-114д  
Алдаев А.А

Проверил: Преподаватель дисциплины  
« Техника оказания медицинских услуг »  
Малехина А.С

# Содержание

1. *Лечебная диета при язве и гастрите (стол 1)*
2. Лечебная диета при колите и гастрите (стол 2)
3. Лечебная диета при запорах (стол 3)
4. Лечебная диета при поносах (стол 4)
5. Лечебная диета при гепатите, холецистите и желчнокаменной болезни (стол 5)
6. Лечебная диета при подагре (стол 6)
7. Лечебная диета при ожирении ( стол 8)

# Лечебная диета при ожирении ( стол 8)

**Ожирение как основное заболевание или сопутствующие при других болезнях, не требующие специальных диет**

## **Общая характеристика:**

- уменьшение энергоценности рациона за счет углеводов, особенно легкоусвояемых, частично жиров, при нормальном содержании белка,

- ограничение свободной жидкости, хлористого натрия и возбуждающих аппетит продуктов и блюд.

Химический состав и энергоценность (суточный рацион):

- белки - 90-110 г

- жиры - 80 г

- углеводы - 150 г

- энергоценность - 1700-1800 ккал

Рекомендуемые продукты и блюда:

ржаной, белково-пшеничный и белково-отрубной хлеб (100-150 г в день);

овощные супы с небольшим добавлением крупы, щи, борщи, окрошка, свекольник;

2-3 раза в неделю супы на слабом мясном или рыбном бульоне с фрикадельками (до 250-300г за прием);

нежирные сорта мяса, птицы, рыбы - в отварном, запеченом или тушеном виде, говяжьей сардельки или студень;

продукты моря (паста <Океан>, мидии, креветки и т.п.) - до 150-200 г в день;

молоко и кисломолочные продукты, творог, сыр - нежирные виды и сорта.

Овощи и фрукты используются широко, во всех видах, частью обязательно сырыми.

Исключаемые продукты и блюда:

изделия из пшеничной муки высшего и 1-го сорта, сдобного теста;

картофельные, крупяные, бобовые, макаронные супы;

жирные сорта мяса, птицы, рыбы;

колбасы, копчености, мясные и рыбные консервы;

жирный творог, сыры, сливки, рис, манная и овсяная крупы, макаронные изделия, бобовые, сладкие сорта плодов и ягод;

сахар, кондитерские изделия, варенье, мед, сладкие соки, какао;

мясные и кулинарные жиры;

жирные и острые закуски, соусы, майонез, все пряности и специи.

# *Лечебная диета при язве и гастрите (стол 1)*

**Показан при затихании обострения язвенной болезни, на протяжении 6-12 мес. после обострения, а также при гастритах с повышенной кислотностью**

## **Состав:**

протертые молочные и овощные (кроме капусты), крупяные слизистые супы (но не мясные и не рыбные); овощи в вареном измельченном (пюрированном) виде или в виде паровых пудингов; протертые каши с маслом, молоком; отварное тощее мясо, отварная рыба нежирных сортов (треска, окунь, щука), мясные, рыбные паровые котлеты, курица отварная без кожицы; сливочное, оливковое, подсолнечное масло; молоко, простокваша некислая, сливки, свежий нежирный, лучше протертый творог, некислая сметана; яйца всмятку или в виде паровых омлетов; белый черствый хлеб, белые несдобные сухари; сладкие сорта ягод и фруктов, овощные, фруктовые, ягодные соки, настой шиповника, кисели, компоты из сладких ягод, фруктов в протертом виде, сахар, варенье, чай, какао - слабые, с молоком.

По мере улучшения общего состояния пищу дают в вареном, но не протертом виде. Поваренную соль ограничивают до 8 г. Добавляют витамины А, С, группы В. Пищу принимают часто 5-6 раз в сутки, хорошо ее пережевывая; следует избегать слишком горячей или слишком холодной пищи.

## Лечебная диета при колите и гастрите (стол 2)

- Показан при хронических гастритах с пониженной кислотностью или при ее отсутствии, хронических колитах (вне обострения).

Состав: супы из круп и овощные, протертые, на мясных, грибных, рыбных бульонах; нежирное мясо (рубленое, жареное), курица вареная, паровые, тушеные, обжаренные котлеты без грубой корки, нежирная ветчина, рыба нежирная отварная, хорошо вымоченная нежирная сельдь рубленая, черная икра; молоко (если не вызывает поноса), масло сливочное, кефир, простокваша, сливки, сметана некислая, творог свежий некислый, сыр неострый протертый; яйца всмятку, омлет жареный; каши, хорошо разваренные или протертые (гречневая, манная, рисовая); мучные блюда, (кроме сдобы), хлеб черствый белый, серый, несдобные сухари; овощи, фрукты вареные, сырые в натертом виде; фруктовые, овощные соки (также кислые); чай, кофе, какао на воде с молоком, мармелад, сахар.

Поваренной соли до 12-15 г. Добавляют витамины С, В1, В2, РР.

Питание пятикратное, преимущественно в пюреобразном виде.

## Лечебная диета при запорах (стол 3)

- Показан при атонических запорах

Состав: продукты, богатые растительной клетчаткой, как, например, сырые или вареные овощи и фрукты в большом количестве, компоты яблочный и другие, чернослив, инжир (винные ягоды), овощные, фруктовые соки, свекольное, морковное пюре, пюре из вареных сухофруктов (чернослив, курага), черный хлеб, простокваша, молоко, сливки, однодневный кефир, мед, каши гречневая, перловая рассыпчатая, мясо, рыба жареные, масло сливочное и растительное, сахар. Обильное питье, включая газированные минеральные воды. Исключаются: крепкий чай, какао, слизистые супы, кисели. При спастических запорах, связанных с повышенной двигательной возбудимостью кишечника, резко ограничивают продукты, богатые растительной клетчаткой (допустимо немного овощей - вареных и сырых протертых).

-

## Лечебная диета при поносах (стол 4)

- Показан при острых заболеваниях кишечника и обострениях в период продолжающегося поноса

Состав: крепкий чай, какао, крепкий кофе на воде, черствые белые сухари, свежий творог протертый, одной яйцо всмятку в день, слизистые супы на воде, протертые рисовая, манная каши на воде, мясо, рыба отварные, паровые в рубленом виде с добавлением в фарш риса вместо хлеба, нежирный трехдневный кефир, отвар сушеной черной смородины, черники, кисели, желе из черники.

Ограничивают поваренную соль, добавляют витамины С, В1, В2, РР. Питание 5-6 раз в день.

# Лечебная диета при гепатите, холецистите и желчнокаменной болезни (стол 5)

- Показан при заболеваниях печени, желчного пузыря, желчевыводящих путей вне стадии обострения

Состав: вегетарианские фруктовые, молочные супы, крупяные супы на овощном отваре, отварное мясо, птица нежирных сортов, отварная нежирная рыба, молоко, свежая простокваша, кефир, ацидофильное молоко, творог до 200 г в день, каши и мучные блюда (за исключением сдобы), хлеб белый, черный черствый, спелые фрукты, ягоды (кроме кислых сортов) в сыром, запеченном, вареном виде, овощи и зелень в вареном виде и сырые (особенно морковь, свекла), варенье, мед, сахар (до 70 г в день), овощные, фруктовые соки в значительном количестве, чай некрепкий с молоком. Ограничивают жиры (сливки, масло сливочное до 10 г, растительное масло 20-30 г), яйцо (одно в день). Поваренной соли до 10 г. Добавляют витамины А, С, В1, В2, В12, фолиевую кислоту, РР, К.

- Прием пищи 5 раз в день в измельченном виде.
- Исключаются: алкогольные напитки, печень, мозги, шпиг, бобовые, грибы, шпинат, щавель, лук, сдоба, жирные сорта мяса, рыбы, жареные, острые, копченые продукты, экстрактивные вещества мяса, рыбы, пряности, уксус, консервы, мороженое, какао, газированные напитки, шоколад, кремы (при хронических поражениях желчного пузыря, протекающих с застоем желчи, количество жиров рекомендуется увеличить до 120-150 г, в том числе 60% растительных жиров).

-



## Лечебная диета при подагре (стол 6)

- Показан при подагре, почечнокаменной болезни с отхождением камней, состоящих преимущественно из уратов

Состав: молоко, молочные продукты, хлеб белый и черный, сахар, мед, супы вегетарианские овощные, молочные и фруктовые крупяные изделия, все сладкие фрукты, варенье, соки фруктовые и ягодные, морковь, салат, огурцы. Из приправ - лимон, уксус, лавровый лист. Яйца, мясо, рыба нежирная - 2-3 раза в неделю. Количество поваренной соли снижают до 6-8 г; вводят в большом количестве жидкость (до 2-3 литров), добавляют витамины С и В1.

- Исключаются: пряные экстрактивные вещества, мясные супы и отвары, печень, почки, мозги, жареное, копченое мясо, жареная рыба, рыбная уха, сало, селедка, сардины, анчоусы, шпроты, кильки, паштеты, грибы, бобовые, щавель, шпинат, кофе, како, шоколад, алкогольные напитки.
-

***Спасибо за  
внимание!!!***

