

A glass of water with splashing water, green leaves, and two pills. The background is white with blue water splashes. The glass is in the center, with water splashing around it. Green leaves are on the right and bottom. Two pills are on a leaf at the bottom.

Питание при заболеваниях пищевода И желудка

**Выполнила: Мойынбаева Ш
Проверила: Ли М.В.**

ВВЕДЕНИЕ

Диетотерапия – традиционно один из основных методов лечения и реабилитации больных с заболеваниями пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки. При правильном проведении лечебного питания эффект обеспечивается не только за счет щадящих принципов местного механического, термического и химического воздействия пищи на функциональное состояние желудка (непосредственное влияние), но и положительного влияния в целом на весь организм путем изменения различных видов обмена, нервной и гуморальной регуляции.

Воздействие пищевых продуктов на секрецию желудка различно.

продукты

```
graph TD; A[продукты] --> B(Сильные возбудители); A --> C(Слабые возбудители);
```

**Сильные
возбудители**

**Слабые
возбудители**

К сильным возбудителям секреции относятся:
блюда, содержащие экстрактивные вещества (мясные, рыбные, грибные бульоны; пряности (горчица, корица, хрен и др.); жареные блюда; консервы; томатные соусы; тушеные в собственном соку мясо и рыба; соленые и копченые мясо- и рыбопродукты; соленые, маринованные и квашенные овощи и фрукты; яйца, сваренные вкрутую, особенно желтки; ржаной хлеб и изделия из сдобного теста; кисломолочные продукты с повышенной кислотностью, крепкий чай, кофе; напитки, содержащие алкоголь; напитки, содержащие углекислоту (газированные);

Слабое стимулирующее влияние на желудочную секрецию присуще: питьевой воде; молочным продуктам (жирному молоку, сливкам, творогу); крахмалу; яйцам всмятку или в виде омлета; хорошо вываренному мясу и отварной свежей рыбе; овощам в виде пюре; жирам; молочным или слизистым супам из круп и овощей (картофеля, моркови и свеклы); пюре из сладких фруктов; блюдам из манной крупы и вареного риса, жидким молочным кашам; хлебу белому вчерашней выпечки; щелочным водам, не содержащим углекислоту; некрепкому чаю

Основные принципы лечебного питания неизменны при всех заболеваниях пищеварительной системы

Лечебное питание должно способствовать направленному воздействию на обмен веществ, оно должно и лечить, и предотвращать обострение заболеваний.

Необходимо соблюдать правильный режим питания: питаться регулярно, в одни и те же часы.

Необходимо разнообразить рацион питания.

Следует индивидуализировать лечебное питание: лечить не болезнь, а больного.

Сбалансированность рациона. Необходимо учитывать калорийность и химический состав основных продуктов.

Необходима правильная кулинарная обработка продуктов.

При составлении индивидуальной диеты обязательно учитывать сопутствующие заболевания.

Лечебное питание наиболее эффективно способствует выздоровлению, если оно применяется в сочетании с другими лечебными факторами: изменением образа жизни, физической активацией, применением минеральных вод и др.

Принципы лечебного питания при заболеваниях пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки

При диетотерапии заболеваний верхних отделов пищеварительного тракта учитываются основные и важнейшие принципы механического, химического и термического щажения. В состав щадящих рационов включают в первую очередь пищевые продукты, являющиеся слабыми возбудителями секреции, быстро покидающие желудок и не раздражающие его слизистую оболочку. Щадящему режиму функционирования желудка способствует также регулярное и дробное питание, которое облегчает условия переваривания и усвоения пищи.

Механическому раздражению слизистой оболочки желудка способствует большой объем вводимой за один прием пищи; прием продуктов, богатых грубой растительной клетчаткой (редька, репа, фасоль, горох с шелухой, незрелые фрукты, крыжовник, виноград, изюм, смородина, финики, хлеб из муки грубого помола); прием продуктов, богатых соединительной тканью (хрящи, жилистое мясо, кожа птицы и рыбы).

Химическое раздражение слизистой оболочки пищеварительного тракта оказывают продукты и блюда, обладающие агрессивной химической средой (кислой или щелочной), а также вещества сильно возбуждающие желудочную секрецию.

Термическое воздействие на слизистую оболочку желудка оказывает очень холодная и горячая пища.

Щадящий принцип построения лечебных диет предусматривает постепенность перехода от одной диеты к другой, учитывая характер, форму и стадию заболевания, возможные осложнения и состояние других органов системы пищеварения.

Помимо правильного питания, для стимуляции ЖКТ можно использовать препараты для улучшения пищеварения. Все лекарства этого типа относятся к группе ферментных медикаментов и содержат панкреатин. Его влияние на процесс переваривания пищи было открыто ещё в середине 19 века при изучении состава желудочного сока. Лекарства на основе синтезированного в лабораторных условиях панкреатина могут содержать только этот фермент и вспомогательные вещества или включать другие компоненты, например, желчегонное. Размер лекарственных частиц в ферментных таблетках отличается. Поэтому два препарата с одинаковым составом могут действовать по-разному. От размеров активного вещества зависит время его растворения. Наибольший лекарственный эффект окажет средство, которое расщепится в двенадцатипёрстной кишке в тот момент, когда туда дойдёт пища.

**И последняя рекомендация – следуйте
правильному питанию, приучайте своих
детей заботиться о своем здоровье, тогда
ваша жизнь будет беззаботной и счастливой!**

