

## Диетическая терапия пациентов с туберкулезом



Обеспечение пациентов, больных туберкулезом, лечебным питанием имеет большое значение в организации эффективного лечения. Диетотерапия пациентов с туберкулезом - неотъемлемая часть комплексной терапии заболевания.

Характер диетотерапии пациентов, страдающих туберкулезом, определяется особенностью течения туберкулезного процесса, стадией болезни, общим состоянием пациента с учетом степени вовлечения в патологический процесс других органов и систем. Целью диетотерапии является обеспечение полноценного питания пациента, повышение сопротивляемости организма к инфекции, уменьшение явлений интоксикации, восполнение повышенного расхода белка, нормализация метаболических процессов, восстановление органов и тканей, пораженных туберкулезной инфекцией.

Основные требования к лечебному питанию больных туберкулезом:

- разнообразие диетического рациона, адекватность макро- и микронутриентного состава и энергетической ценности;
- на всех этапах лечения (стационарное, санаторное, амбулаторное) диетическое питание должно быть дифференцированным в зависимости от характера и стадии туберкулезного процесса, наличия осложнений и сопутствующих заболеваний;
- при необходимости оптимизация химического состава диеты за счет включения в рацион смесей для энтерального питания;
- соблюдение принципов кулинарной обработки (отваривание, запекание, тушение). Овощи, фрукты, ягоды преимущественно в свежем виде);
- правильность режима и ритма питания (необходимо соблюдать дробный режим питания, включающий 4-6 разовый прием пищи с равномерным распределением всех пищевых веществ и калорийности в течение дня).

Химический состав и энергетическая ценность диеты для больных туберкулезом в зависимости от стадии туберкулезного процесса:

- обострение туберкулезного процесса (в сутки белок 130-140г., жиры 110-120г., углеводы 400-500г., калорийность 3100-3500 ккал.);

- затухание туберкулезного процесса (в сутки белок 110-120г., жиры 80-90г., углеводы 300-350г., калорийность 2400-2700 ккал.).

Перечень рекомендуемых продуктов и блюд:

- молоко, кисломолочные продукты (кефир, сметана, творог, простокваша, кумыс и другие);

- разнообразная речная и морская рыба: (треска, навага, скумбрия, палтус, судак, щука);

- продукты моря: морская капуста, кальмары, креветки, мидии;

- нежирные сорта мяса и птицы. Не рекомендуется: гусь, утка, внутренние органы животных (печень, почки, сердце, легкие, мозги);

- хлеб и хлебобулочные изделия с добавлением пищевых волокон, ячменной муки;

- блюда из круп, макаронных изделий, бобовых;

- блюда из фруктов и ягод,

- орехи (миндаль, фундук, грецкий орех);

- блюда из яиц (не более 1 штуки в день);

- рафинированные углеводы и кондитерские изделия: сахар и изделия, содержащие сахарозу (печенья, вафли, галеты, мармелад и другие). При сопутствующем сахарном диабете рафинированные углеводы из диеты исключаются, и производится их замена на диетические продукты, не содержащие сахарозу, с использованием сахарозаменителей;

- напитки: некрепкий чай, чай с молоком, какао, кофейный напиток, соки (фруктовые, ягодные, овощные), отвар шиповника, черной смородины;

кисель, морс, минеральная вода.

