

Урок 23-24

Тема: Поняття про дієтичне харчування, дієтичні продукти.

Лекція

Наука дієтологія вивчає харчування хворої людини. Тому лікувальне харчування часто називають дієтичним. Лікувальне харчування є важливим елементом комплексної терапії. За звичай воно призначається в поєднанні з іншими видами терапії (фармакологічні препарати, фізіотерапевтичні процедури). Харчування хворої людини, називається лікувальним. Воно призначається дієтичним лікарем разом з медичними препаратами і повинно бути збалансованим та повноцінним. При деяких захворюваннях, лікувальне харчування є єдиним методом покращити здоров'я (виразка шлунка, цукровий діабет). У лікувальному харчуванні мають потребу людини, які перебувають на амбулаторному лікуванні, а також ті, що страждають на хронічні захворювання. Дієтотерапія потребує диференційного і індивідуального підходу, тому його слід будувати з урахуванням фізіологічних потреб організму хворого.

Технологічна обробка продуктів для страв лікувального харчування повинна забезпечувати щадний режим. При механічному щадному режимі з раціону хворої людини виключають продукти багаті клітковиною і з грубою кіркою. Їжу готують у протертому виді або подрібнюють.

При хімічному щадному режимі організму забороняються гострі, кислі, солоні страви і смакові продукти.

При термічному щадному режимі з раціону виключають дуже холодну і дуже гарячу їжу.

Приготування їжі для хворих здійснюється за правилом раціональної технології яка має певні особливості. Вони полягають у тому, що до кожної лікувальної дієти підбирається особливий набір продуктів, які можуть забезпечити щоденний режим харчування. Крім цього використовуються спеціальні прийоми обробки продуктів, що зменшують вміст тих чи інших речовин, обмежують сіль та прянощі. До більшості дієт не рекомендується включати гострі приправи та продукти, що містять багато екстрактивних і смажених речовин. Готуючи дієтичні страви, слід використовувати свіжі продукти, дієтичні консерви, соки, свіжі ягоди та фрукти, молоко, молочнокислі продукти.