



**ГЭРБ приводит к значительному снижению
качества жизни.**

**НАЖБП ассоциирована с увеличением
рисков развития симптомов
гастроэзофагеального рефлюкса.**

**Диета - рекомендованный немедикаментозный
метод терапии ГЭРБ и НАЖБП**

РАЗРЕШЕНО

Принимать пищу
5-6 раз в день

Принимать
протертую пищу

Пить щелочные
минеральные воды

Готовить еду
на воде или на пару

В ряду случаев
принимать пищу стоя

Спать с приподнятым
изголовьем

ЗАПРЕЩЕНО

Переедать

Принимать горячую еду

Употреблять бульоны
и капустные отвары

Употреблять жареную,
острую пищу

Медицинский центр «Азбука Здоровья»

г.Белгород, ул.Щорса, д.37А

г.Белгород, ул.Н.Островского, д.2

телефон: +7 (4722) 20-50-28

WhatsApp: 910-741-97-33

