



КАКИХ ПРОДУКТОВ СЛЕДУЕТ ИЗБЕГАТЬ ПАЦИЕНТАМ С ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ

- Жирные сорта мяса и рыбы, жареное мясо и рыба, колбаса, сосиски, сардельки, консервы
- Сырые кислые овощи (в т. ч. томаты), фрукты (в т. ч. цитрусовые) и ягоды
- Крепкие мясные, рыбные и вегетарианские навары, особенно грибные
- Тугоплавкие жиры (говяжье и свиное сало и бараний жир)
- Жареные блюда
- Соленые и маринованные блюда, острые закуски
- Пряности
- Алкогольные напитки, газированные напитки, кислые соки, крепкий чай, кофе
- Сдобное тесто, пироги, черный хлеб
- Лук, чеснок
- Мороженое, шоколад

КАКИЕ ПРОДУКТЫ МОЖНО ВКЛЮЧИТЬ В РАЦИОН ПАЦИЕНТА С ЯЗВЕННОЙ БОЛЕЗНЬЮ:

Хлеб: белый пшеничный, выпечки предыдущего дня или подсушенный - 40 гр. в день, а также в виде сухарей. Бисквит, несдобное печенье.

Блюда и гарниры из овощей: картофель, морковь, свёкла, тыква, кабачки белые в виде пюре, паровых пудингов без корочки.

Супы: молочные, крупяные, протёртые, слизистые молочные с добавлением протёртых овощей (исключается капуста), молочные с измельчённой вермишелью или домашней лапшой.

Супы: молочные, крупяные, протёртые, слизистые молочные с добавлением протёртых овощей (исключается капуста), молочные с измельчённой вермишелью или домашней лапшой.

Блюда из мяса и птицы: мясо нежирных сортов (говядина, телятина, курица и др.), лучше свежее, свободное от сухожилий и жира. Приготавливается в отварном или паровом виде (котлеты, кнели, фрикадели, суфле, пюре, рулеты). Периодически — нежесткое мясо разрешается в отварном виде куском.

Блюда из рыбы: различные нежирные сорта рыбы, лучше речной (щука, судак, окунь), в отварном, паровом, рубленном виде и куском.

Блюда и гарниры из круп и макаронных изделий: крупа манная, гречневая, овсяная, перловая, рисовая, каши варёные на воде с добавлением молока, полужидкие. Вермишель и макароны в отварном виде.

Жиры: сливочное масло 15-20 г в чистом виде и 20-25 г для приготовления блюд, растительное — 25-30 г. Общее количество жиров в диете не должно превышать 100-110 гр. Следует учитывать, что 40 г животного жира содержится в продуктах, включённых в рацион.

Ягоды: сладкие сорта (клубника, малина, земляника).

Фрукты: мягкие, сладкие и невяжущих сортов в варёном, протёртом или запечённом виде.

Сладкие блюда: крем, желе, кисели, протёртые компоты из сладких сортов ягод и фруктов.

Соусы: белые, молочные (бешамель).

Напитки: сырые овощные и некислые ягодные соки, отвар шиповника и пшеничных отрубей.



ДИАГНОЗ ЯЗВЕННАЯ БОЛЕЗНЬ

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ОБРАЗУ ЖИЗНИ

 Основным фактором, вызывающим язвенную болезнь, в настоящее время признан микроорганизм, называемый пилорическим геликобактером.

Обсудите с врачом обследование на наличие данной инфекции.



Соблюдение диеты: частое (5-6 раз в день) питание небольшими порциями. Пища должна быть химически, механически и термически щадящей.

 При её подтверждении необходимо проведение лечения, направленного на уничтожение данных бактерий (эрадикация) с последующим контролем через 4-6 недель. Важно соблюдать приверженность к лечению и строго контролировать приём лекарственных препаратов



Соблюдение осторожности при приёме препаратов, обладающих повреждающим действием на слизистую оболочку желудка и двенадцатиперстной кишки (ацетилсалициловая кислота, нестероидные противовоспалительные препараты). При необходимости их приёма обсудите с врачом “прикрытие” из препаратов, защищающих слизистую оболочку желудка и двенадцатиперстной кишки

ОТМЕЧАЙТЕ В КАЛЕНДАРЕ ДНИ И ВРЕМЯ ПРИМЕНЕНИЯ ПРЕПАРАТОВ

НЕДЕЛЯ 1							
НЕДЕЛЯ 2							
НЕДЕЛЯ 3							
НЕДЕЛЯ 4							
НЕДЕЛЯ 5							
НЕДЕЛЯ 6							
НЕДЕЛЯ 7							
НЕДЕЛЯ 8							