



РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ГРАНУЛЕМАТОЗЕ ВЕГЕНЕРА

Гранулематоз Вегенера — системное аутоиммунное заболевание, поражающее сосуды, органы дыхания, почки и другие системы организма. Лечение включает медикаментозную терапию, коррекцию образа жизни, ЛФК и диету. Подход должен быть индивидуальным и согласовываться с врачом.

Режим

В периоды следует ограничить двигательный режим ребенка, соблюдать постельный или полупостельный режим. Исключить психоэмоциональные нагрузки, пребывание на солнце, которые могут спровоцировать ухудшение состояния.

В стадии ремиссии разрешены умеренные физические нагрузки под контролем врача. Рекомендуется сохранять прямую осанку при ходьбе и сидении, спать на жёстком матрасе и тонкой подушке.

Дополнительные рекомендации:

Избегать переохлаждения и резких изменений климата.

Своевременно лечить сопутствующие заболевания (например, инфекции).

Регулярно проходить профилактические осмотры и сдавать анализы для контроля состояния.

Диета

Диета направлена на поддержание общего состояния здоровья, контроль веса и снижение риска осложнений.

Общие принципы питания:

Сбалансированное питание с обеспечением организма необходимыми питательными веществами.

Контроль веса для снижения нагрузки на сердечно-сосудистую систему.

Ограничение соли при артериальной гипертензии, которая часто сопутствует заболеванию.

Увеличение потребления овощей и фруктов для обеспечения организма витаминами, минералами и клетчаткой.

При синдроме Кушинга рекомендуется ограничение потребления углеводов и жиров с акцентом на белковую диету.

Для профилактики остеопороза, который может развиваться на фоне глюкокортикостероидной терапии, важно включать в рацион продукты, богатые кальцием и витамином D.

Ограничить или исключить:

Жирные бульоны, копчёности, маринады, сладости, газированные напитки.

Продукты, способствующие образованию солей мочевой кислоты (например, сардины, селёдку).

Рекомендуется:

Нежирное мясо и рыба, приготовленные на пару или запечённые.

Каши на воде (гречка, рис, пшено).

Кисломолочные продукты.





Лечебная физкультура (ЛФК)

ЛФК проводится с учётом индивидуальных возможностей пациента и стадии заболевания. Программа разрабатывается врачом ЛФК.

Основные рекомендации:

В период обострения занятия ограничивают.

В стадии ремиссии возможны ежедневные лёгкие упражнения, пешие прогулки на свежем воздухе.

Исключаются чрезмерные нагрузки, которые могут спровоцировать обострение.

Особенности при поражении лёгких:

Включают дыхательную гимнастику для улучшения функции дыхания, которая часто нарушена при гранулематозе Вегенера.

Перед началом занятий необходимо проконсультироваться с врачом, так как при некоторых осложнениях физические нагрузки могут быть противопоказаны. Дополнительные рекомендации

Вакцинация: допускается только при отсутствии симптомов заболевания и по индивидуальному графику.

Контроль факторов риска: важно следить за артериальным давлением, индексом массы тела, липидным профилем крови.

Психологическая поддержка: реабилитация может включать психологическую помощь пациенту и его семье.

Важно: все изменения в режиме питания и физической активности должны согласовываться с лечащим врачом. Самолечение может привести к ухудшению состояния.

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

