

Основные принципы  
лечебного питания в  
стационаре.  
Классификация диет.

# Организация питания в стационаре.

- ▶ Лечебное питание – применение в лечебных или профилактических целях специально составленных рационов питания и режима приема пищи. Лечебное питание назначает врач в виде суточных пищевых рационов – диет.
- ▶ Диета (греч. diaita – образ жизни, режим питания) – рацион и режим питания больного человека.
- ▶ Диетотерапия – метод лечения с применением индивидуальной диеты.
- ▶ Диетология – раздел нутрициологии, изучающий питание человека в норме и при патологических состояниях.

# Требования к диетам:

- ▶ Показания и цель применения.
- ▶ Энергетическая ценность (калорийность) — количество энергии, выделяемое при окислении пищевых веществ. Наибольшей энергоемкостью обладают жиры и углеводы.
- ▶ Химический состав — соотношение белков, жиров, углеводов, количество витаминов, минеральных веществ, воды.
- ▶ Физические свойства пищи — объем, масса, температура (холодные продукты не ниже 14 °С, горячие — не выше 60 °С), консистенция.
- ▶ Перечень разрешенных и рекомендованных пищевых продуктов.
- ▶ Кулинарная обработка — степень измельчения продуктов, отваривание, тушение, приготовление на пару.
- ▶ Режим питания — кратность приемов, распределение суточного рациона между приемами пищи, время приема пищи.
- ▶ Ограничения и исключения в рационе.

# Основные принципы лечебного питания:

- ▶ Индивидуальный подход к определению рациона питания, режима приема и способа кулинарной обработки с учетом количественного и качественного соответствия характеру болезни, особенностям организма пациента.
- ▶ Сбалансированность пищи по составу и физиологически полноценных рационов.
- ▶ Принцип тренировки— постепенное расширение строгой диеты — дозированное снятие ограничений вплоть до перехода на рациональное питание.

- ▶ Щажение пищеварительной системы и всего организма в целом:
  - механическое – определенный способ кулинарной обработки пищи (измельчение, протирание, гомогенизация) и ее приготовления;
  - химическое – определенный способ приготовления пищи (отваривание, тушение, на пару) без использования приправ, соусов.
  - термическое – соблюдение низких температур в лечебном питании обеспечивает профилактику кровотечений в постоперационном периоде пищеварительного тракта (после тонзилэктомии), при язвенной болезни желудка и 12-перстной кишки.

# Задача лечебного питания -

- ▶ восстановить нарушенное равновесие в организме во время болезни путем приспособления химического состава рациона к обменным особенностям организма, подбора и сочетания продуктов по составу и способу кулинарной обработки.

# Рекомендованные правила питания:

- ▶ Соблюдать гигиенические нормы при приготовлении и хранении продуктов.
- ▶ Регулярно принимать пищу в одно и то же время.
- ▶ Разнообразить пищу.
- ▶ Перед приемом пищи желательно употреблять один стакан воды.
- ▶ Избегать переедания, контролировать прием поваренной соли, жиров, сладостей.
- ▶ После приема пищи двигаться, а не лежать.
- ▶ Принимать пищу за 2–3 часа до сна.

# Организация лечебного питания в стационаре

Форма № 1-84

к Инструкции по организации лечебного питания  
в лечебно-профилактических учреждениях

**Порционник**

на питание больных « \_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.

Отделение \_\_\_\_\_

Наименование отделения	Количество больных	Стандартные диеты				

Зав. отделением \_\_\_\_\_ (подпись)  
Ст. медсестра отделения \_\_\_\_\_ (подпись)  
Медсестра диетического \_\_\_\_\_ (подпись)  
отделения \_\_\_\_\_



# Единая номерная система диет М.И. Певзнера

Номер диеты	Характеристика	Особенности
<p><b><u>Диета № 1</u></b></p> <p><b>Показания:</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>- язвенная болезнь желудка и 12-перстной кишки;</li><li>- хронический гастрит с сохраненной или повышенной секрецией в период обострения;</li><li>- острый гастрит в период выздоровления.</li></ul> <p><b>Цель:</b> механическое и термическое щажение желудочно-кишечного тракта</p>	<p>Физиологически полноценная диета. Пища отварная, тушеная, запеченная, жаренная без грубой корочки, измельченная и протертая из продуктов, богатых растительной клетчаткой.</p>	<p>Исключения: бобы, грибы, острые приправы. Режим питания: 4–5 раз в день</p>

## Диета № 2

### Показания:

- хронический гастрит с секреторной недостаточностью;
- острые и хронические гастриты, энтериты, колиты в период выздоровления

### Цель:

стимуляция секреции желудка и моторики кишечника; умеренное механическое и термическое щажение при сохранении химических раздражителей

### Физиологически

полноценная диета.

Включение продуктов и блюд, усиливающих двигательную функцию и опорожнение кишечника

Исключены продукты, усиливающие брожение в кишечнике. Кулинарная обработка разнообразная

### Исключения:

редька, чеснок, грибы.

Режим питания: 4–6 раз в день

### Диета № 3

#### Показания:

- хронические заболевания кишечника с запорами в период обострения и ремиссии.

Цель: нормализация и стимуляция двигательной функции кишечника с включением химических, механических и термических раздражителей

Снижение энергоценности за счет жиров и углеводов при нормальном содержании белка.

Исключены продукты, усиливающие секрецию органов пищеварения, процессы брожения и гниения в кишечнике.

Блюда жидкие, полужидкие, протертые, вареные

Ограничения: сахар до 40 г, сливки.

Исключения: молоко, пряности, бобовые, соленья, копчености.

Режим питания: 5-6 раз в день небольшими порциями

## Диета № 4

### Показания:

- острые заболевания и резкое обострение хронических заболеваний кишечника с диспепсическими явлениями.

Цель: нормализация функций кишечника для восстановления пищеварения; уменьшение бродильных и гнилостных процессов в кишечнике; химическое, механическое и термическое щажение пищеварительного тракта

Ограничение жиров.

Рекомендованы продукты с повышенным содержанием липотропных веществ, клетчатки, пектинов, жидкости. Противопоказаны продукты, богатые азотистыми экстрактивными веществами, холестерином. Пища отварная, запеченная, тушеная

Исключения: грибы, шпинат, щавель, лимон, пряности, какао.

Режим питания: 5-6 раз в день

## Диета № 5

### Показания:

- острые и хронические гепатиты, холециститы, цирроз печени. Цель: нормализация функций печени и желчных путей в условиях химического щажения печени

Ограничение белков, жиров, поваренной соли, увеличение количества жидкости и ощелачивающих продуктов. Кулинарная обработка обычная, обязательное отваривание мяса, птицы и рыбы

Исключения: крепкий чай, кофе, грибы, какао, шпинат, щавель, сыры.  
Режим питания: 4–5 раз в день, в промежутках и натощак – питье.

## Диета № 6

Показания:

- подагра,  
мочекаменная болезнь.

Цель: уменьшение  
образования в  
организме мочевой  
кислоты и ее солей,  
сдвиг реакции мочи в  
щелочную сторону.

Увеличено содержание  
ощелачивающих продуктов  
(молочные, овощи, плоды) и  
жидкости. Ограничение  
белков до 80 г, поваренной  
соли 3-6 г, свободной  
жидкости до 1 л. Пища  
вареная, измельченная, без  
соли.

Ограничения:  
сливки, сметана.  
Исключения:  
бобовые.  
Режим питания: 4-5  
раз в день

## Диета № 7

Показания:

- острый и хронический нефриты.

Цель: химическое

щажение почек:

уменьшение гипертензии

и отеков, выведение из

организма азотистых и

других продуктов обмена

веществ

Энергоценность рациона

уменьшена за счет

углеводов, легкоусвояемых

жиров (в основном

животных) при нормальном

или незначительно

повышенном содержании

белка; ограничены

свободная жидкость,

поваренная соль. Пища

вареная, тушеная,

запеченная.

Исключения:

вкусовые

приправы.

Режим питания:

5-6 раз в день

## Диета № 8

Показания:

- ожирение.

Цель:

предупреждение и

устранение

избыточного

накопления жировых

отложений

Умеренное ограничение

энергоценности за счет

легкоусвояемых углеводов и

животных жиров при норме

белков, поваренной соли,

холестерина, экстрактивных

веществ. Повышено

содержание липотропных

веществ, витаминов.

Сахарозаменители.

Предпочтительны вареные и

запеченные изделия, реже -

жареные и тушеные

Ограничения:

кондитерские изделия,

картофель, рис, свекла,

морковь. Исключения:

сахар, макаронные

изделия, манная крупа,

изюм, финики. Режим

питания: 5-6 раз в день с

равномерным

распределением углеводов



## Диета № 9

Показания:

- сахарный диабет.

Цель: нормализация углеводного обмена и предупреждение нарушения жирового обмена, определение количества усвояемых углеводов.

Снижение энергоценности за счет жиров и углеводов; ограничение поваренной соли- 6-7 г, жидкости - 1,2 л. Ограничено содержание веществ, возбуждающих сердечно-сосудистую и нервную системы, раздражающих печень и почки. Увеличено содержание калия, магния, липотропных веществ, ошелачивающих продуктов. Исключены трудно перевариваемые блюда. Пищу готовят без соли.

Исключения: жирные мясо, рыба, сдоба, субпродукты, мороженое, шоколад.  
Режим питания: 5-6 раз в день равномерными порциями

## Диета № 10

### Показания:

- заболевания сердечно-сосудистой системы с недостаточностью кровообращения.

Цель: улучшение кровообращения, щажение сердечно - сосудистой системы и органов пищеварения, нормализация обмена веществ.

Повышенная энергоценность, увеличение содержания в организме белков животного происхождения, липотропных веществ, кальция, фосфора и витаминов. Кулинарная обработка без ограничений.

Исключения:  
утки, гуси.

Режим  
питания: 5-6  
раз в день

## Диета № 11

Показания:

- туберкулез легких, костей, лимфатических узлов, суставов.

Цель: улучшение питания, реактивности организма, резистентности к инфекциям

Снижение энергоценности за счет снижения жиров, углеводов и в меньшей степени белков, повышение витаминов и жидкости.

Предпочтительны легкоперевариваемые, не способствующие метеоризму и запорам продукты и блюда.

Пища вареная, измельченная, протертая, полужидкая

Исключения: утки, гуси, бобовые.

Режим питания: 5-6 раз в день небольшими порциями.

## Диета № 13

### Показания:

- острые инфекционные заболевания.

Цель: повышение защитных сил организма, уменьшение интоксикации, щажение органов пищеварения в условиях лихорадочного состояния при постельном режиме

Оптимальная энергоценность, ограничение продуктов ощелачивающего действия и молочные продукты, сдоба, соки преобладание продуктов кислой реакции.

При отсутствии противопоказаний – обильное питье. Кулинарная обработка без ограничений

### Исключения:

копчености

### Режим питания:

4–5 раз в день, в промежутках и натошак – питье

Диет № 14 см.  
диету 6

Восстановление  
кислой реакции  
мочи и создание  
этим препятствия  
для образования  
осадка.

В диете ограничены  
продукты ошелачивающего  
действия и богатые  
кальцием (молочные  
продукты, большинство  
овощей и плодов),  
преобладают продукты,  
изменяющие реакцию мочи  
в кислую сторону (хлеб и  
мучные изделия, крупа,  
мясо, рыба).

## Диета № 15

### Показания:

- различные заболевания, не требующие специальных лечебных диет и без нарушений состояния пищеварительной системы. Это переходная к обычному питанию диета в период выздоровления

Обеспечение физиологически полноценным питанием

### Ограничения:

горчица, перец.

Исключения: жирные продукты.

Режим питания: 4–5 раз в день

# Контроль за хранением и ассортиментом продуктов, разрешенных к передаче в стационаре.

Ежедневный контроль за санитарным состоянием тумбочек, холодильников, сроком хранения продуктов возложен на палатную сестру.

В тумбочках хранят:

- ▶ сухие продукты – печенье, булочки, сухари, варенье.
- ▶ туалетные принадлежности;
- ▶ книги, журналы.

В холодильнике хранят:

- ▶ фрукты;
- ▶ свежие молочные продукты в упаковке – не более 1 суток;
- ▶ кисломолочные – не более 2 суток.

Продукты помещают в индивидуальные пакеты с указанием даты, Ф.И.О. пациента и номера палаты.

Запрещено передавать консервы, торты, вареные колбасы, алкоголь.

# Нормативная документация

- ▶ СанПиН 2.3.2. 1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов»
- ▶ СанПиН 2.3.2.1324-03 « Гигиенические требования к срокам годности и условиям хранения пищевых продуктов»
- ▶ СП 2.3.6.1079-01 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания, изготовлению и оборотоспособности в них пищевых продуктов и продовольственного сырья»
- ▶ «О совершенствовании мероприятий по диагностике и профилактике Сальмонеллеза»



# Контроль за санитарным состоянием тумбочек и холодильников, сроком хранения пищевых продуктов

- ▶ в тумбочках разрешается хранить мыло, зубную пасту, зубную щетку в футляре, расческу в футляре или в целлофановом кульке, журналы, газеты;
- ▶ конфеты, варенье, печенье хранят на другой полке тумбочки;
- ▶ фрукты и скоропортящиеся продукты хранят в холодильнике;
- ▶ кисломолочные продукты хранят в холодильнике не более 2 сут;
- ▶ нельзя хранить в холодильнике консервированные мясные, рыбные продукты.

## Палатная медсестра обязана:

- ▶ Осуществлять ежедневный контроль за санитарным состоянием тумбочек, холодильников и их содержимым.
- ▶ Осуществлять ежедневный контроль за дезинфекцией тумбочек, которую проводят ежедневно утром и вечером 1-процентным раствором хлорамина.
- ▶ Размораживать холодильник 1 раз в неделю (по графику) с последующей дезинфекцией 1-процентным раствором хлорамина.
- ▶ Уметь планировать необходимую помощь пациенту.

# Контроль за посещением пациентов и передачей продуктов

Цель:

1. Соблюдение распорядка дня и охранительного режима.
2. Контроль за соблюдением лечебной диеты.
3. Проверка качества и состава принесенных пациентам продуктов.

Показания:

1. Инструктаж пациента при его поступлении в стационар.
2. Работа с посетителями.

Противопоказания: нет.

# Составление порционных требований

## ▶ Составление порционного требования для пищеблока

Порционное требование для пищеблока составляет старшая медсестра отделения. Старшая медсестра суммирует порционные требования палатных медсестер и составляет порционник по форме № 1-84.

## ▶ Составление порционного требования для раздаточной

Цель: Организация питания строго по назначению врача.

Палатная медсестра ежедневно утром составляет список пациентов, находящихся на стационарном лечении, где отмечает номер палаты, Ф.И.О. пациента, номер диетического стола, назначенного врачом. Порционное требование составляют в 2 экземплярах: для раздаточной и старшей медсестры.

Форма № 1-84  
к Инструкции по организации лечебного питания  
в лечебно-профилактических учреждениях

**Порционник**  
на питание больных « \_\_\_\_\_ » \_\_\_\_\_ 20\_\_ г.  
Отделение \_\_\_\_\_

Наименование отделения	Количество больных	Стандартные диеты				

Зав. отделением \_\_\_\_\_ (подпись)  
Ст. медсестра отделения \_\_\_\_\_ (подпись)  
Медсестра диетического  
отделения \_\_\_\_\_ (подпись)

(наименование учреждения)

**ПОРЦИОННОЕ ТРЕБОВАНИЕ**  
на питание больных терапевтического отделения для раздаточной  
на \_\_\_\_\_ 200\_\_ г.

**Палата № 7**  
1. Ф.И.О. — диета № 1  
2. Ф.И.О. — диета № 7а  
3. Ф.И.О. — диета № 15  
4. Ф.И.О. — диета № 15

**Палата № 9**  
1. Ф.И.О. — диета № 10  
2. Ф.И.О. — диета № 10

**Палата № 8**  
1. Ф.И.О. — диета № 5  
2. Ф.И.О. — диета № 5  
3. Ф.И.О. — диета № 9  
4. Ф.И.О. — диета № 15  
5. Ф.И.О. — диета № 15  
6. Ф.И.О. — диета № 15  
7. Ф.И.О. — диета № 15

**Палата № 10**  
1. Ф.И.О. — диета № 10  
2. Ф.И.О. — диета № 10  
3. Ф.И.О. — диета № 15  
4. Ф.И.О. — диета № 15  
5. Ф.И.О. — диета № 15  
6. Ф.И.О. — диета № 15

Всего: 19 чел.

Палатная медсестра \_\_\_\_\_

(подпись)

(расшифровка подписи)