Presentation on the topic: Diet. Healthy Lifestyle

.

Виконав :
Студент групи 1СБ-15
Савченко Герман.

Дієта . Що це?

Дієта (грец. Δίαιτα - спосіб життя, режим харчування) - сукупність правил вживання їжі людиною або іншим живим організмом.

Лікувальна дієта

Розробкою і рекомендаціями дієти для хворого займається дієтологія - наука про лікувальне харчування. При призначенні дієти виходять з функціональних, патоморфологічних, обмінних, ензимних та ін. Порушень в організмі людини. Правильно підібрана дієта обумовлює найбільш вигідний фон для застосування різних терапевтичних засобів, підсилює дію цих засобів чи надає лікувальну дію. Профілактичне значення дієти полягає в тому, що вона затримує перехід гострих захворювань у хронічні.

Медичні дієти (столи)

Дієтичне харчування в медицині застосовується, як компонент лікування, або як щадні заходи для тієї, чи іншої системи органів. Дієтотерапія спрямована на покращення лікування або на якісну реабілітацію (одужання) хворих.В лікувально-профілактичних та санаторно-курортних закладах використовують номерну систему дієт, яку розробив М.І. Певзнер для комплексного лікування різних захворювань

Дієта № 1, № 1а, № 1б — Виразкова хвороба шлунку та 12-палої кишки

Дієта № 2 — Хронічний гастрит, гострі гастрити, ентерити та коліти, хронічні ентероколіти

Дієта № 3 — Запор

Дієта № 4, № 4а, № 4б, № 4в — захворювання кишечника з проносами

Дієта № 5, № 5а — Захворювання печінки та жовчних шляхів

Дієта № 6 — подагра, сечокам'яна хвороба з утворенням каміння і солей сечової кислоти.

Дієта № 7, № 7а, № 7б — гострий і хронічний нефрит (пієлонефрит, гломерулонефрит)

Дієта № 8 — Ожиріння

Дієта № 9 — Цукровий діабет

Дієта № 10 — Захворювання серцево — судинної системи з недостатністю кровообігу.

Дієта № 11 — Туберкульоз

Дієта № 12 — Функціональні захворювання нервової системи.

Дієта № 13 — Гострі інфекційні захворювання з підвищенням температури.

Дієта № 14 — Сечокамяна хвороба з відходженням каміння, які складаються переважно з оксалатів.

Дієта № 15 — Різноманітні захворювання, що не потребують спеціальних дієт.

Що таке дієта за групою крові?

- **Дієта для 1 групи крові**
  І група відноситься до нащадків кроманьйонців і неандертальців. Саме тому регулярне вживання темного м'яса
- **Дієта для 2 групи крові**
  ІІ група. Володарів другої групи дієтолог відніс до нащадків хліборобів, тому найбільш корисним способом живлення є відмова від тваринних продуктів.
- **Дієта для 3 групи крові**
  ІІІ група крові є приналежністю нащадків кочових азіатських народностей. Найкращими продуктами вважаються злаки: пшениця, кукурудза, ячмінь і гречана крупа.
- **Дієта для 4 групи крові**

В організмі людей з четвертою групою крові з'єдналися потреби людей з другою і третьою групами.

Джерела інформації:

- ✔ http://uwm.com.ua/node/131
- ✔ https://uk.wikipedia.org/wiki/Дієта#
- ✔ http://www.medicinform.net/dieta/
- ✔ http://nakablychkah.com.ua/zdorovja/dietu

Дякую за увагу!