

Федеральное государственное бюджетное образовательное  
учреждение высшего образования "Казанский государственный  
медицинский университет" Министерство здравоохранения  
Российской Федерации МЕДИКО-ФАРМАЦЕВТИЧЕСКИЙ  
КОЛЛЕДЖ

**Исследовательская работа**  
**"Лечебное питание в санаторно-курортной**  
**организации и комплексные предложения в**  
**аптечной организации при нарушении**  
**биоценоза толстого кишечника"**

Работу выполнил:

студент 4 курса группы 5403-к

Османов Нариман Марленович

Проверил: кандидат медицинских  
наук, преподаватель высшей  
категории фармакологии Даутова.Г.С.

# Содержание

1. Понятие нарушения биоценоза толстого кишечника
2. Причины возникновения
3. Диета №4 по Певзнеру
4. Примерное питание на неделю
5. Питьевой режим
6. Медикаментозное лечение
7. Выводы и рекомендации

# 1. Понятие нарушения биоценоза толстого кишечника

**Биоценоз кишечника** – это микробное разнообразие, в норме заселяющее толстый кишечник. Функции микроорганизмов: участие в процессах пищеварения, формирование иммунитета, трофическая, энергетическая, стимуляция перистальтики кишечника, детоксикация, образование нейромедиаторов.

При нарушении состава микрофлоры ставится диагноз «дисбактериоз». Дисбактериозом принято называть количественное и качественное нарушение состава нормальной микрофлоры.



## 2.Причины возникновения

Причины нарушения кишечного биоценоза разнообразны.

Основными из них являются:

1. болезни желудочно–кишечного тракта
2. неполноценные диеты
3. перенесенные острые кишечные инфекции
4. лекарства, включая антибиотики, которые нарушают иммунный статус кишки и ее моторику.

## 3. Диета №4 по Певзнеру

Диета №4 по Певзнеру назначается при заболеваниях кишечника, сопровождающихся метеоризмом, поносами, а также при колите и ярко выраженных дисбактериозах, носящих хронический характер.

Рацион составляется таким образом, чтобы максимально снизить бродильные процессы, восстановить полезную микрофлору, нормализовать моторную активность кишечника.

Питание ограничивает поступление в организм химических раздражителей, а также рекомендует пищу, не несущую термического и механического раздражения на стенки кишечника.

Приготовление блюд для больного происходит только варкой, протираанием и на пару. Питаться необходимо дробно, по 5-6 раз через каждые несколько часов.

Необходимо исключить продукты, вызывающие брожение: бобы, молоко, сладости, соусы, закуски, пряности, фрукты и ягоды.

### **Рекомендуемые продукты и блюда:**

1. Мучная продукция. Сухарики пшеничного хлеба, вчерашний хлеб.
2. Первые блюда. Готовятся на обезжиренных бульонах из мяса и рыбы, с добавлением слизистых отваров. Такие отвары готовят из перловой, рисовой и манной каши. Мясо должно быть протертым, без жировой прослойки и жил.
3. Мясное. Постные сорта говядины, индейки, телятины, которые подаются в виде котлет, фрикаделек, суфле, приготовленных варкой.
4. Рыба. Свежая рыба нежирных сортов, проваренная или пропаренная, подается в любом виде.
5. Молочная продукция. Пресные сорта творога, кальцинированный творог, подаются перетертыми. Сливочное масло только при добавлении в блюда.
6. Яйца. Не более двух в день, сваренные всмятку или приготовленные на пару омлетом.
7. Овощи. Исключительно их отвары, добавляемые в первые блюда.
8. Крупы. Гречневая, рисовая, овсяная каша, подаются перетертыми.
9. Напитки. Зеленый чай, кофе черный и какао без молока.



# ПРИМЕРНЫЙ РАЦИОН НА ДЕНЬ



второй перекус  
(стакан ягод или яблоко)

11.00-11.30



второй завтрак  
или перекус  
(цельнозерновая паста  
с авокадо и зеленью)

9.00-9.30



первый завтрак  
(творог с ягодами и медом)

6.30-7.30



обед (домашнее  
куриное котлетки  
с овощным гарниром)

13.30-14.30



ПОЛДНИК  
(горсть миндаля  
и черносливы)

15.30-16.00



УЖИН (приготовленная на гриле нежирная  
рыба и микс-салат с ароматным маслом)

18.00-19.00

## 4. Примерное питание на неделю

### Понедельник

- 100 г тефтелей, 200 г разваренного картофеля на молоке, отвар из трав;
- 100 г творожной массы;
- Жидкое блюдо мясное – 250 г, измельченный кусочек отварного мяса (150 г), пюре из свеклы (150 г), светлый компот.
- Чай и печенье.







## Среда

- 50 г плавленого сырка, разваренная молочная пшеничная каша (250 г), чай на травах;
- Пюре морковное с белком (150 г);
- Жидкое блюдо с перловой крупой (250 г), телятина с картофелем (поп 100 г), фруктовый отвар;
- Чай и зефир;
- Рыбное суфле, пюре из тыквы или кабачка, чай.



## Четверг

- 2 вареных яйца, манная каша (стакан), травяной отвар;
- Йогурт – стакан;
- Бульон с макаронами, 150 г мясных биточков, 150 разваренного картофеля, морковный салат;
- Компот из сухофруктов, сухое печенье;
- Отварное мясо с омлетом – по 100 г, компот;



Пищевые волокна (клетчатка) и кисломолочные продукты

## Пятница

- 50 г творожного сырка, 200 г каши рисовой, чай;
- Печеное яблоко;
- Суп с манкой и морковью (250 г), 50 г макарон, 150 г бефстроганов, 150 г фруктового пюре;
- Сок, сухари (100 г);
- 100 г тефтелей рыбных, 250г разваренного картофеля на молоке, чай с ложечкой сахара.





## Суббота

- 150 г сырковой массы, 200 г каши овсяной (перетертой), КОМПОТ;
- Банан;
- 250 жидкого блюда с вермишелью, вареная курятина (100 г), 150 г пшеничной каши, отвар шиповника;
- Сок, несколько вафель;
- 150 г рыбного суфле, пюре из моркови и клубники (200 г), чай.



## 5.Питъевой режим

Минеральные воды низкой минерализации

- "Ессентуки №4"
- "Славяновская"

Дегазированные в теплом виде. 3 раза в день за 1,5 часа до еды, курс лечения 1-1,5 месяца, 2-3 раза в год





## 6. Медикаментозное лечение

Комплексное лечение Хилак форте + Фуразолидон

Препарат, обладающий пребиотическими свойствами Хилак форте (ratiopharm, Германия).

Препарат регулирует равновесие кишечной микрофлоры, нормализует ее состав. Благодаря содержанию продуктов обмена нормальной микрофлоры Хилак форте способствует восстановлению нормальной микрофлоры кишечника биологическим путем и позволяет сохранить физиологические и биологические функции слизистой оболочки кишечника.

Хилак форте выпускается в виде капель для приема внутрь во флаконах по 30 и 100 мл. В первые дни лечения взрослым препарат назначают по 40—60 капель 3 раза в сутки; детям старше года — по 20—40 капель 3 раза в сутки; детям грудного возраста — по 15—30 капель 3 раза в сутки.

После улучшения состояния первоначальная суточная доза Хилака форте может быть уменьшена наполовину. Принимают препарат внутрь до или во время приема пищи в небольшом количестве жидкости, исключая молоко.



Фуразолидон (Furazolidone) относится к противомикробным и противопротозойным средствам. Обладает бактериостатическим действием по отношению к микробам. Механизм действия заключается в нарушении активности некоторых ферментных систем бактерий. Устойчивость развивается медленно. Выпускается в форме таблеток 50 мг: 10, 20, 30, 40, 50, 60, 75, 80, 100, 125 или 10000 шт

Для лечения паратифа, дизентерии, пищевых токсикоинфекций взрослые принимают по 0.1-0.15 г после еды 4 раза/сут на протяжении 5-10 дней (продолжительность приема зависит от характера и тяжести патологического процесса). В таких же дозах фуразолидон можно принимать циклами по 3-6 дней (интервалы - 3-4 дня).

Дозы для детей - 10 мг/кг массы тела в сутки (суточную дозу распределяют на 3-4 приема). Фуразолидон не рекомендуется назначать более 10 дней.



## 6. Выводы и рекомендации

При выявлении биоценоза толстого кишечника необходимо следовать назначению врача, назначенной диете и принимать выписанные препараты. После лечения не следует нарушать диету для уменьшения повторного возникновения биоценоза.