

Қарағанды медицина университеті
Педиатрия және неонатология кафедрасы

Науқас баланың емдік тамақтануы және әртүрлі аурулардағы
диетотерапия

Орындаған: Едігеев Ш.
Тобы:3-006 ЖМ
Тексерген: Тлегенова К.С.

Қарағанды 2022

Науқас баланың емдік тамақтануы

Дұрыс және қоректік тамақтану әсіресе жедел және созылмалы аурулары бар балалар үшін қажет.

Емдік тамақтанудың мақсаты - патологиялық (ауырсыну) процестің қолайлы ағымына ықпал ету және бұл мүмкін болса, метаболизмге, жүйке және эндокриндік жүйелердің күйіне және иммунитетке оң әсер ету арқылы қалпына келтіруге қол жеткізу.

Диетотерапияның емдік эффектісі механизмдері:

- ❖ Зат алмасуды қалыпқа келтіру;
- ❖ Заықмдалған мүшеге салмақ салуды болдыртпау (мыс. АҚЖ аурулары кезінде майлы тамақтан бас тарту);
- ❖ Зақымдалған мүшенің функциясын жақсарту;
- ❖ Зақымдалған мүшенің репарациялық қабыну процестерін күшейту;
- ❖ Иммундық жүйе мен ағзаның қорғаныс қабілетін көтеру;
- ❖ Гомеостазға жауапты мүшелерге жүйеге жақсы әсер ету.



ТЕМІР ТАПШЫЛЫҒЫ АНЕМИЯСЫ КЕЗІНДЕГІ ТАМАҚТАНУ

Теміртапшылықты анемия (ТТА) – организмде темір жетіспеуі нәтижесінде гемоглобиннің жеткіліксіздігінен болатын патологиялық жағдай. Бұл кездегі тамақтану егізгі ингредиенттерге сәйкес толық және теңдестірілген диета ағзаның осы микроэлементке физиологиялық қажеттілігін қанағаттандыруға мүмкіндік береді, бірақ тапшылықты жоймайды. Ауру белгілері: тері құрғауы, шаштың сынғыштығы мен түсуі, әлсіздік, енгігу.

Ескерілетін жайттар: гемоглобин деңгейін ескере отырып; жасы; баланың тамақтану жағдайы.

Жасырын темір тапшылығы кезінде (қалыпты гемоглобин деңгейі, ағзадағы темір қорының төмендеуі) балаларда темірге бай және байытылған қосымша тағамдарды енгізу арқылы оң нәтижеге қол жеткізуге болады.

ТТА КЕЗІНДЕГІ ҰСЫНЫЛАТЫН ӨНІМДЕР

Продукты	Суммарное содержание Fe (мг/100 г)	Основные железосодержащие соединения
Печень	6,9	Ферритин, гемосидерин
Язык говяжий	4,1	Гем
Мясо кролика	3,3	Гем
Мясо индейки	1,4	Гем
Мясо курицы	1,6	Гем
Говядина	2,7	Гем
Конина	3,1	Гем
Скумбрия	1,7	Ферритин, гемосидерин
Сазан	0,6	Ферритин, гемосидерин
Судак	0,5	Ферритин, гемосидерин
Хек/треска	0,5	Ферритин, гемосидерин

* — Таблицы химического состава и калорийности российских пищевых продуктов питания (под ред. И.М. Скурихина, В.А. Тутельяна), 2008.

Продукты	Железо	Продукты	Железо
Морская капуста	16	Петрушка зелень	1,9
Шиповник свежий	1,3	Укроп	1,6
Гречка ядрица	6,7	Капуста цветная	1,4
Геркулес	3,6	Капуста брюссельская	1,3
Толокно	3,0	Свекла	1,4
Пшено крупа	2,7	Курага	3,2
Кукуруза крупа	2,7	Инжир свежий	3,2
Орехи	2,3–5,0	Чернослив	3,0
Хлеб бородинский	3,9	Хурма	2,5
Хлеб формовой	3,9	Груша свежая	2,3
Хлеб рижский	3,1	Яблоко свежее	2,2
Батон нарезной мука высш. сорта мука 1 сорта	1,2 2,0	Алыча	1,9
Чечевица, зерно	11,8	Облепиха	1,4
Соя, зерно	9,7	Смородина черная	1,3
Горох, зерно	6,8	Земляника	1,2
Шпинат	3,5	Малина	1,2
Щавель	2,0	Гранаты	1,0

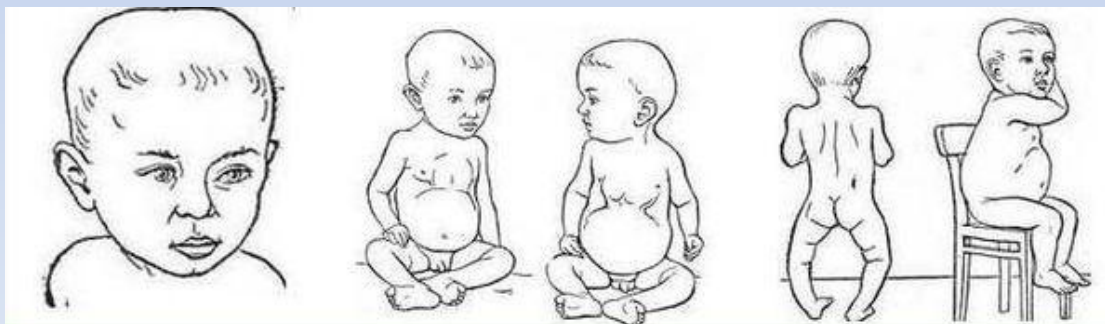
* — Таблицы химического состава и калорийности российских пищевых продуктов питания (под ред. И.М. Скурихина, В.А. Тутельяна), 2008.

Рахит (D-дефицитті, классикалық түрі)

Фосфор-кальций алмасуының және сүйек тіні минерализациясының бұзылуымен сипатталатын мультифакторлық ауру. Ауру белгілері: кеуде қуысының остеомаляциясы, «білезіктер», денесін ұстау мен отырыстың бұзылысы, үйрекаяқ тәріздес аяқтардың майысуы, бас сүйектің деформациясы

Көбінесе рахит дамиды:

- Жас аналардан және (17 жасқа дейін) 35 жастан асқан әйелдерден туылған сәбилерде;
- Жүкті әйелдің дұрыс тамақтанбауынан: кальций, мырыш, ақуыз, фосфор, D, B1, B2, B6 дәрумендерінің тапшылығы;
- Кезінде әйелдерге күн сәулесінің жеткіліксіз әсер етуі мен жүктілік кезінде қозғалыс аздығынан, экстрагениталды ауру салдарынан.



Квадратная форма головы при рахите

Рахитическая грудная клетка

O-образные ноги и «Лягушачий живот» (кифоз) при рахите

Рахит кезіндегі тамақтану

- ❖ Нәрестелерді емізу, егер нәресте аралас не жасанды тамақтандырумен жүрген болса арнайы жасалған құнарлы сүт қоспаларымен тамақтандыру;
- ❖ Рационға жеміс-көкөніс шырындарын, пюрелерді біртіндеп енгізу.
- ❖ Бірінші қосымша тағам ретінде - 4 - 5 айдан бастап енгізілетін кальций мен фосфордың жоғары мөлшері бар көкөніс пюресі.
- ❖ Екінші қосымша тағамдар 5-6 ай. - көкөніс сорпасы не көкөністер мен жемістер қосылған ботқа, 6 - 6,5 айдан соң. - Ет фаршы.
- ❖ Емшек сүтімен емізу кезінде ананың рационында кальций мен D витамині жоғары тағамдар болуы керек.



Рахит кезіндегі ұсынылатын тағамдар

Продукт, 100 г.	Содержание кальция, мг.	Продукт, 100 г.	Содержание кальция, мг.
Молоко	120	Капуста	60
Сметана	100	Салат	83
Йогурт	120	Лук зелёный	60
Творог	150	Фасоль зелёная	40
Сыр (твёрдый)	600	Оливки зелёные	77
Сыр (плавленый)	300	Апельсины	35
Яйцо	55	Сушёные яблоки	45
Хлеб белый	30	Инжир	57
Хлеб чёрный	60	Курага	170
Рыба отварная	30	Изюм	56
Говядина	30	Миндаль	254
Рыба вяленая (с костями)	3000	Арахис	70
-	-	Кунжут	1150

*Прокопцева Н.Л. Рахит у детей. (Лекция) // Сибирское медицинское обозрение, 2013, № 5. – С. 88-98

Ішек коликасы

Тәулігіне кемінде 3 сағатқа созылатын мазасыздану, ауырсынатын жылау эпизоды. Олар әдетте өмірдің алғашқы апталарында басталып, бірте-бірте азаяды, әдетте 4-5 айларда жоғалады. Ішек коликасы өте жиі кездеседі (өмірдің бірінші жылындағы балалардың 20-48%). Ауру белгілері: баланың көбіне кешкі мезгілде

Себепсіз мазасыздануы, жылауы, тізесін ішіне тигізуі, іштің ісінуі

Ішек коликасын емдеу – ана сүтімен азықтандыру. Ананың тамақтануынан алынып тасталады:

- ❖ ішектегі газ түзілуін арттыратын тағамдар (жүгері, ашытқысы бар ұн өнімдері)
- ❖ экстрактивтік заттарға бай өнімдер;
- ❖ аллергенді потенциалы жоғары өнімдер.

Баланы артық тамақтандырмау керек. Анасының психоэмоционалды жағдайы да ана сүті арқылы балаға әсер етеді, сондықтан анасына көңіл күйді бір қалыпта ұстаған жөн. Іш қатпас үшін анасы да баласы аса сұйық тағамдарды көп тұтынған дұрыс. Колика кезінде балаға беріледі:

- ❖ ішек микрофлорасын реттеу үшін пробиотик саналатын өнімдер
- ❖ жеміс шырындары
- ❖ көкөніс өнімдері мен солардан жасалған пюре
- ❖ жарма ботқа мен сұйық тағамдар

Ішек коликасына арналған тағамдар

Диетаға бейімделген арнайы ашытылған сүт қоспаларын енгізуге болады:

- ❖ «Агуша қышқыл сүт» 1 және 2,
- ❖ «НАН Қышқыл сүт» 1 және 2.

Әсері болмаған жағдайда, асқазан-ішек жолдарының функционалдық бұзылыстары бар балаларға арналған өнімдерді қолданған жөн (NAS Comfort, Nutrilon Comfort 1 және 2, Frisovoy 1 және 2 және т.б.).



Ацетонемиялық синдром

Балалардағы ацетонемиялық синдром (балалық шақтың кетотикалық гипогликемиясы, диабеттік емес кетоацидоз) – қан плазмасындағы кетондық денелердің концентрациясының жоғарылауынан туындаған баладағы құсудың қайталанатын эпизодтарымен, толық әл-ауқаттың ауыспалы кезеңдерімен көрінетін патологиялық жағдай. Ауру белгілері:

- ❖ жиі қайталанатын ауыз толтырып құсу
- ❖ диарея, гиперсаливация
- ❖ терінің бозаруы, қызу көтерілуі



Ацетонемиялық синдром кезіндегі тамақтану

Ацетонемиялық синдромда баланы көмірсуға бай өнімдер тұтынуы тиіс. Белокты өнімдер қолданғанда абай болған жөн. Құсу көп болатындықтан ағзаны көп ашықтырмау керек. Ұсынылатын тағамдар:

- ❖ көкөніс пен жемістер;
- ❖ тез сіңірілетін тағамдар;
- ❖ сілтілі ортаны қалыптастырушы тағамдар :қияр, сәбіз, т.б.;
- ❖ сұйық тағамдар мен суды көп тұтыну.

Қорытынды

Тағам рационын дұрыстау аурудың әртүрлі кезеңдерінде өзінің пайдасын тигізеді. Ерте кезеңдерінде дұрыстаса ауырсыну мен интоксикацияда көмектесе аурудың асқынған кездерінде ағзаның қорғаныс шараларын күшейтуге тез жазылуға септеседі.