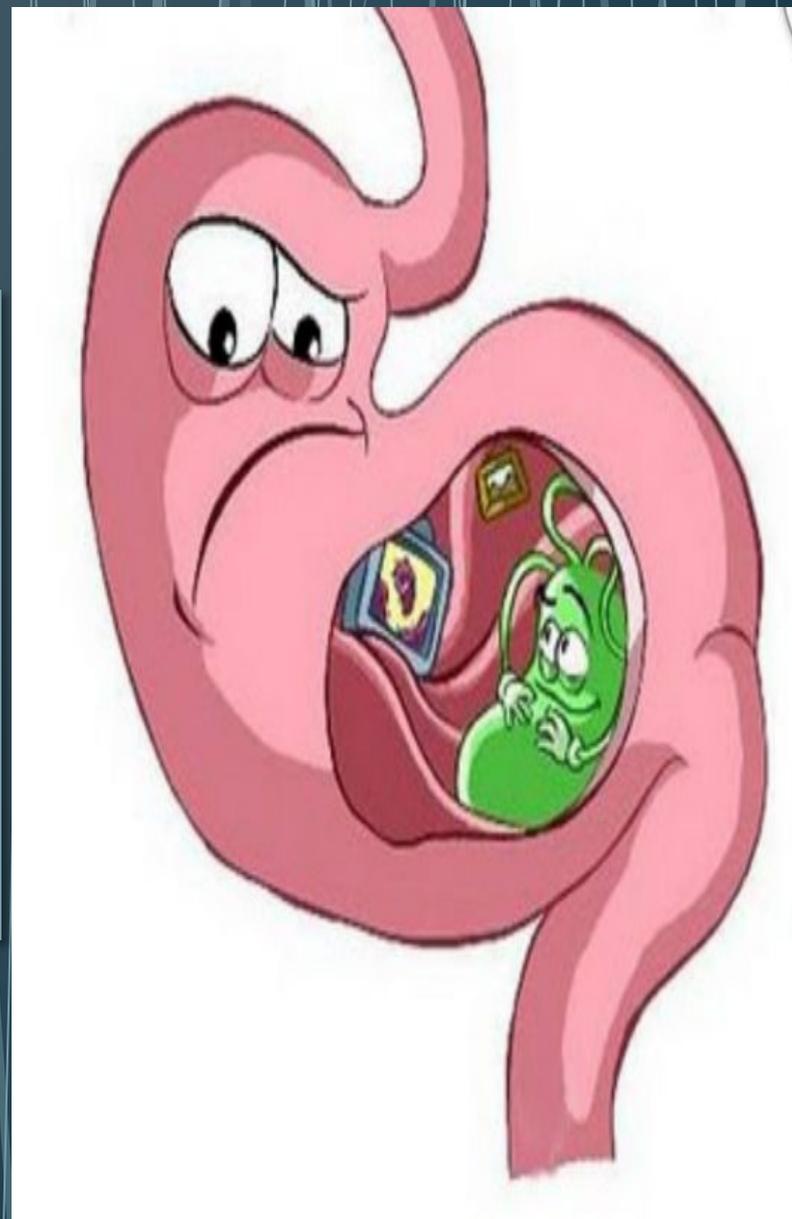


Острый гастрит

Выполнила: Панфилова В.



Цель: проинформировать население о заболевании

Задачи:

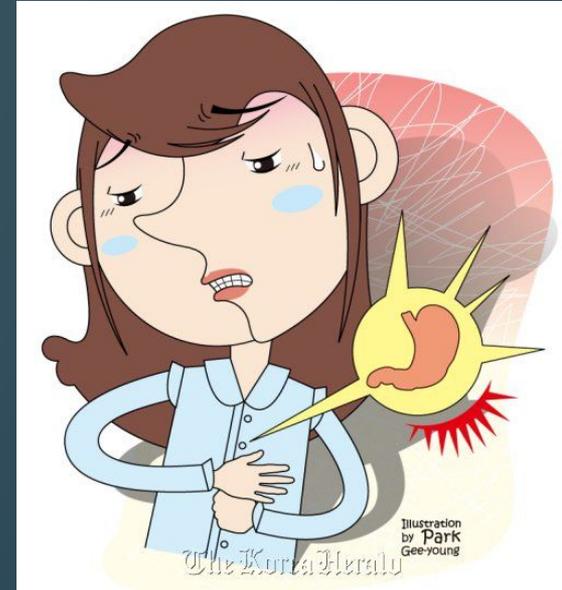
- Ознакомить с теоретическим материалом
- Рассказать о причинах возникновения и факторах риска
- Выявить симптомы заболевания
- Установить принципы диагностики и лечения
Острого гастрита
- Определить методы профилактики данного заболевания

Острый гастрит — острое воспаление слизистой желудка



Причины и факторы риска:

- Неправильное питание
- Прием медикаментов
- Курение
- Алкоголь
- Механические повреждения стенок желудка
 - травмы, удары, интенсивные физические нагрузки



Симптомы острого гастрита:

- Понос.
- Рвота.
- Ощущение тяжести и наполненности в подложечной области.
- Тошнота.
- Слабость.
- Головокружение.
- Бледность кожи и слизистых оболочек, которые можно увидеть.
- Серо-белый налет на языке.
- Слюнотечение или, напротив, сухость в ротовой полости.

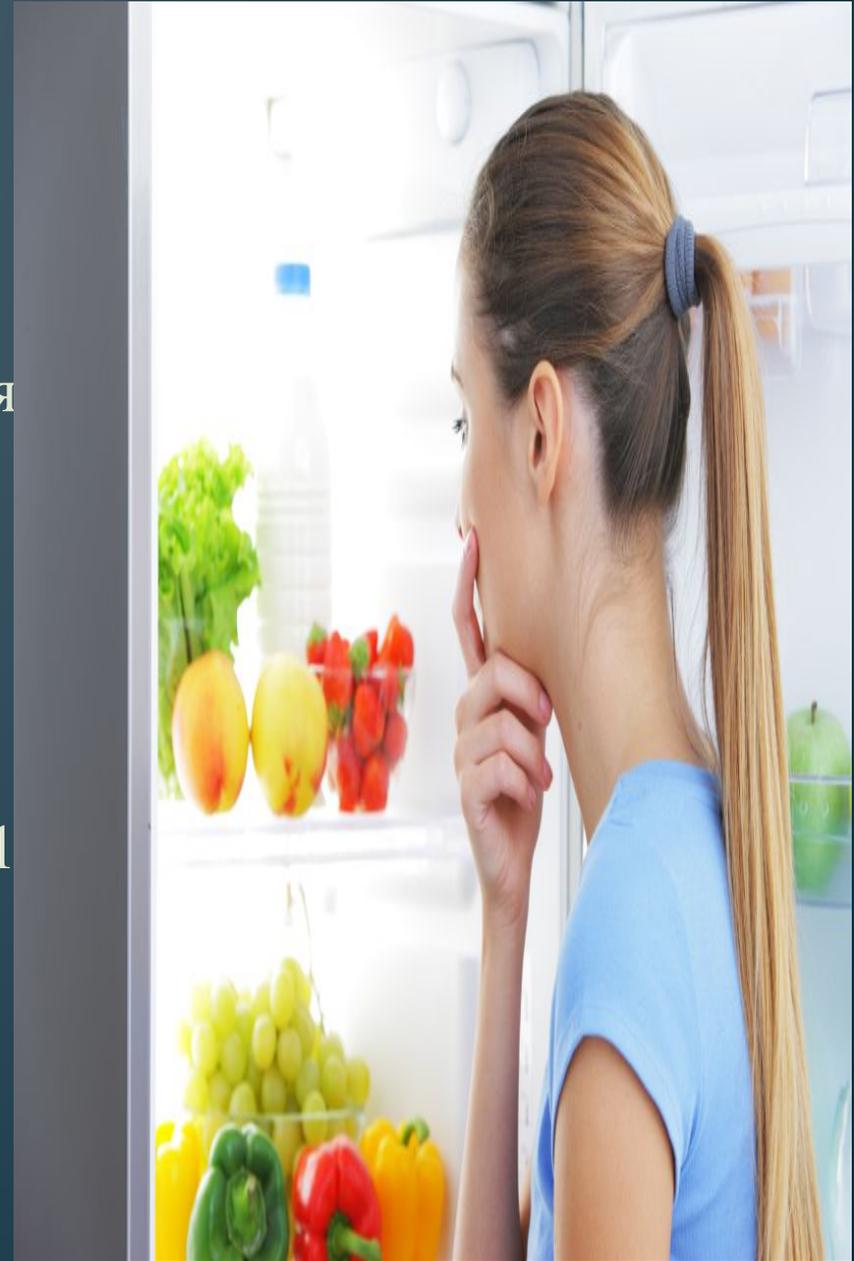
Лечение

Основными принципами лечения острого гастрита являются устранение причин заболевания и профилактика осложнений. При остром гастрите в первые 12-24 часа показано голодание, затем назначается щадящая диета.



Диета №1

При применении данной диеты создаются благоприятные условия для уменьшения воспалительных явлений в слизистой оболочке верхних отделов желудочно-кишечного тракта. Суточная калорийность – до 3500 ккал. Потребляемой жидкости – около 1 л, поваренной соли – 9-10 г.



Основные правила диеты при гастрите (в острую фазу):

- Сбалансированность рациона.
- Отсутствие агрессивных продуктов (горячих или холодных, стимуляторов секреции и т.п.).
- Вся пища варится или готовится на пару; если используют запекание, то исключают образование корочки.

Рекомендуемые продукты:

Хлеб пшеничный(вчерашней выпечки), супы овощные, мясо нежирных сортов, рыба отварная или парового приготовления, вареные или протертые овощи, 1-2 яйца в день всмятку, фрукты и ягоды некислых сортов, молоко, сливки, творог, сыр неострый

Исключаем:

белокачанная капуста, бобовые, грибы, лук,редис, репа, кислые фрукты и ягоды. Нельзя пшеничную кашу.

Исключаются пряности, любая жирная и острая пища, маринады и копчения, консервы

Профилактика

*соблюдение условий и сроков хранения пищи, в том числе и в морозильных камерах — замораживать повторно размороженные продукты запрещено;

*не хранить продукты, требующие обработки рядом с продуктами, готовыми к приготовлению, например, охлажденное мясо и сыр;

*ограничение применения приправ, жареного, жирного, плохо переносимой и трудно перевариваемой пищи; *профилактика и лечение инфекционных заболеваний;

*гигиена полости рта — чистка зубов, своевременное лечение стоматологических заболеваний;

*употребление в пищу только мытых овощей и фруктов; мытье рук при входе в дом, после посещения туалет, перед едой.

