



г. Днепр,
ул.Шолом-Алейхема,4/26
(050)900-76-61
(096)551-75-65
www.jmc.org.ua

ДИЕТА ПРИ ПАНКРЕАТИТЕ

В случае острого панкреатита на 1–3 дня (в зависимости от тяжести болезни) назначают голодание или резкое ограничение питания для обеспечения полного покоя пораженного органа. Рекомендуется только жидкость в количестве 1–1,5 литра в сутки: по 200 мл 6 раз в день. Можно назначать теплую щелочную минеральную воду типа боржоми (без газа) и 200–400 мл отвара шиповника или некрепкий чай. С 3-го дня заболевания назначают вариант специализированной щадящей диеты для больных острым панкреатитом сначала протертую, затем не протертую, которую следует соблюдать в течение 6–12 месяцев.

Щадящая диета при остром панкреатите

Первый вариант диеты

Специализированная диета разрабатывается на основании норм лечебного питания при соблюдении диеты с механическим и химическим щажением. Перечень пищевых продуктов и блюд, разрешенных и запрещенных для включения в специализированную диету представлен в табл. 1.

Таблица 1. Перечень пищевых продуктов и блюд, разрешенных и запрещенных для включения в специализированную диету

Продукт	Разрешаются	Запрещаются
Хлеб	<ul style="list-style-type: none">• Пшеничные сухари	<ul style="list-style-type: none">• Ржаной и свежий хлеб,• Изделия из сдобного или слоеного теста
Супы	<ul style="list-style-type: none">• Слизистые из различных круп на воде или некрепком овощном отваре,• Суп-крем из вываренного мяса	<ul style="list-style-type: none">• Мясные, рыбные бульоны,• Грибные отвары,• Молочные супы,• Гороховый,• Фасолевый,• С пшеном,• Окрошка,

		<ul style="list-style-type: none"> • Свекольник
Мясо, птица	<ul style="list-style-type: none"> • Нежирная говядина, • Курица, • Индейка, • Кролик, освобожденные от сухожилий, жира, кожи 	<ul style="list-style-type: none"> • Жирные и жилистые сорта мяса и птицы (утки, гуси), • Субпродукты, • Жареные блюда
Рыба	<ul style="list-style-type: none"> • Нежирные сорта (треска, судак, сазан, окунь и др.) в виде кнелей, суфле 	<ul style="list-style-type: none"> • Жирная рыба (соленая, копченая, жареная) • Консервы
Яйца	<ul style="list-style-type: none"> • Всмятку, • Омлеты паровые, • Белковые (не более 1 желтка в день) 	<ul style="list-style-type: none"> • Яйца вкрутую, • Жареные
Молоко, молочные продукты	<ul style="list-style-type: none"> • Творог свежеприготовленный некислый в виде пасты, парового пудинга 	<ul style="list-style-type: none"> • Молоко цельное, • Молочные продукты с высокой кислотностью, повышенной жирности и включением сахара, • Сметана, • Сыры
Овощи	<ul style="list-style-type: none"> • Картофель, • Морковь, • Кабачки, • Цветная капуста в виде пюре, паровых пудингов, • Ограничиваются тыква, свекла 	<ul style="list-style-type: none"> • Белокочанная капуста, • Чеснок, • Репа, • Брюква, • Редька, • Щавель, • Шпинат, • Лук, • Редис, • Огурцы, • Сладкий перец, • Сырые, квашеные и маринованные овощи, • Грибы, • Консервы

Крупы	<ul style="list-style-type: none"> • Рис, • Гречневая, • Геркулес, • Несладкие протертые вязкие каши, • Пудинги, • Запеканки из риса, продельной крупы, геркулеса. • Ограничиваются манная крупа, лапша, вермишель 	<ul style="list-style-type: none"> • Пшено, • Крупы перловая, ячневая, кукурузная, • Бобовые, • Макароны в цельном виде
Фрукты	<ul style="list-style-type: none"> • Яблоки печеные 	<ul style="list-style-type: none"> • Другие фрукты и ягоды, сырые яблоки
Сладкие блюда	<ul style="list-style-type: none"> • Кисели, • Желе, • Мусс на ксилите, • Сорбите, • Фруктовые пюре — детское питание 	<ul style="list-style-type: none"> • Другие кондитерские изделия
Напитки	<ul style="list-style-type: none"> • Чай некрепкий, • Минеральная вода, • Отвар шиповника, • Отвары из сухих и свежих фруктов полусладкие 	
Жиры	<ul style="list-style-type: none"> • Несоленое сливочное масло в блюда не более 5 г на 1 порцию 	<ul style="list-style-type: none"> • Все другие жиры

Категорически запрещаются: закуски, консервы, копчености, газированные напитки, квас, черный кофе, виноградный сок, морс, алкоголь.

Показания: первые дни (с 3-го по 10-й день) заболевания острым панкреатитом или при обострении хронического (при отсутствии показаний для проведения искусственного питания).

Характеристика: диета, содержащая физиологическую норму белка ($\frac{1}{3}$ которой животного происхождения), с низкой энергетической ценностью, за счет резкого ограничения жира и углеводов; механически и химически щадящая. Исключаются продукты,

вызывающие вздутие кишечника, содержащие грубую клетчатку, богатые экстрактивными веществами, стимулирующие секрецию пищеварительных соков.

Кулинарная обработка: всю пищу готовят на пару или в вареном виде, жидкой или полужидкой консистенции. Мясо, птица, рыба подается в виде пюре, суфле, кнелей, паровых котлет; овощи в виде пюре и пудингов; каши вязкие или жидкие протертые, а также запеканки или пудинги из круп.

Режим питания: 5–6 раз в день.

Температура пищи: пищу дают теплой. Исключены горячие и холодные блюда.