

Содержание

Список основных сокращений	16
Предисловие.	18
Раздел I. Общие вопросы питания здорового и больного человека	20
Глава 1. Диетология. Краткий исторический очерк	20
Глава 2. Основы физиологии и патофизиологии пищеварения	38
Основные типы пищеварения	40
Ротовая полость и пищевод	44
Желудок	47
Тонкая кишка	53
Толстая кишка	68
Поджелудочная железа	74
Желчь	78
Глава 3. Базисные сведения о важнейших видах обмена веществ	81
Белки	82
Углеводы	88
Жиры	92
Глава 4. Научные основы питания здорового и больного человека	98
Гипотетический человек будущего и его питание	102
Критическое рассмотрение основных следствий теории сбалансированного питания	106
Три типа пищеварения	108
Теория адекватного питания	109
Основные постулаты теории адекватного питания	110
Эндэкология	112
Регуляторные вещества	113
Балластные вещества	114

Краткая характеристика трофологии	115
Современная схема переваривания пищи	120
Глава 5. Потребности организма в белке и энергии	127
Потребность в белке	127
Потребность в энергии	132
Глава 6. Роль витаминов в питании	140
Классификация витаминов	140
Причины неадекватной обеспеченности организма витаминами	141
Витамин В ₁ (тиамин)	143
Витамин В ₂ (рибофлавин)	146
Витамин В ₃ (ниацин, витамин РР, никотиновая кислота)	148
Витамин В ₅ (пантотеновая кислота)	150
Витамин В ₆ (пиридоксин)	152
Витамин В _с , В ₉ (фолацин)	154
Витамин В ₁₂ (кобаламин)	156
Витамин Н (биотин)	158
Витамин С (аскорбиновая кислота)	160
Витамин Р (биофлавоноиды и полифенолы)	162
Липоевая кислота (тиоктовая кислота)	165
Витамин А (ретинол)	166
Витамин D	170
Витамин E (токоферол)	174
Витамин К (филлохинон, менахинон)	176
Глава 7. Роль микро- и макроэлементов в питании	177
Кальций	179
Фосфор	188
Магний	193
Калий	199
Хлор	203
Сера	204
Железо	206
Цинк	213
Йод	220
Селен	224

Хром	228
Медь	230
Марганец	233
Молибден	236
Бор	238
Никель	239
Кремний	241
Ванадий	243
Фтор	244
Раздел II. Основы лечебного питания	247
Глава 8. Пищевая и биологическая ценность продуктов питания	247
Количественная оценка ценности продуктов питания	247
Пищевая ценность отдельных продуктов питания	252
Характеристика пищевой ценности некоторых групп продуктов	253
Глава 9. Основы лечебной кулинарии	262
Раздел III. Питание различных групп населения	293
Глава 10. Питание взрослого населения	293
Климатогеографические, национальные, экономические и другие особенности питания	293
Принципы рационального питания	294
Сбалансированность питания и режим рационального питания	296
Пирамида питания	297
Глава 11. Питание беременных, рожениц и кормящих женщин	300
Оценка нутриционного статуса и энергетических потребностей беременных и кормящих матерей	302
Влияние количественных и качественных нарушений питания на течение беременности, развитие плода и состояние новорожденного в период лактации	303
Питание беременных женщин	309
Контроль массы тела во время беременности	312
Потребность в основных нутриентах при беременности	313
Питание беременных при токсикозе первой половины беременности	322

Питание беременных при гестозах	323
Нутритивная поддержка беременных	324
Питание рожениц и кормящих женщин	325
Глава 12. Питание пожилых и старых лиц	328
Пищеварительная система при старении человека	329
Снижение аппетита при старении человека	334
Питание пожилых и старых лиц	335
Оценка состояния питания пожилых и старых лиц	345
Глава 13. Оценка состояния питания	350
Анамнез и анализ диеты	352
Физикальный осмотр	354
Антропометрические измерения и анализ состава тела	355
Лабораторные методы	367
Функциональные исследования	370
Комплексные методы оценки нутриционного статуса	371
Глава 14. Энтеральное и парентеральное питание	376
Энтеральное питание	378
Парентеральное питание	389
Глава 15. Продукты диетического питания	405
Классификация продуктов диетического питания	406
Продукты, обеспечивающие химическое и механическое щажение органов пищеварения	407
Продукты с модифицированным белковым составом	407
Продукты с модифицированным углеводным составом	408
Продукты с модифицированным составом липидов	409
Продукты с измененной энергетической ценностью	410
Продукты с измененным электролитным составом	410
Продукты, обогащенные витаминами и/или микроэлементами	410
Сухие композитные смеси	411
Продукты с измененной рецептурой	411
Глава 16. Биологические активные добавки (БАД)	411
Классификация БАДов	413
Состав БАДов	415
Принципы использования БАДов	417

Роль БАДов в клинической практике.	420
Риск, возникающий при приеме БАДов.	422
Пищевые добавки.	423
Основные законодательные требования, предъявляемые к БАДам.	424
Глава 17. Внутреннее применение минеральных вод.	426
Основные характеристики минеральных вод.	427
Классификация минеральных вод.	433
Механизм действия минеральных вод при питьевом лечении.	434
Применение бутылочных минеральных вод.	436
Методики питьевого лечения минеральными водами при некоторых заболеваниях.	437
Глава 18. Специальные диеты	441
Специальные лечебные диеты.	441
Калиевая диета	442
Магниева диета.	443
Диета Карреля.	444
Разгрузочные диеты	444
Нетрадиционное питание	446
Раздельное питание.	449
Группа крови и питание.	451
Диета Дюкана	452
Хронодиета доктора Делабоса.	452
Зигзаг-диета (диета углеводного чередования).	453
Другие модные диеты.	453
Глава 19. Разгрузочно-диетическая терапия	454
Особенности обмена веществ при голодании.	456
Показания и противопоказания к лечению методом РДТ.	461
Методики РДТ	463
Осложнения при проведении РДТ и помощь при ней	471
Глава 20. Питание при лекарственном лечении	474
Влияние лекарств на физиологические процессы пищеварения.	475
Влияние компонентов пищи на терапевтическую эффективность лекарств	482
Пищевые дефициты, связанные с лекарственной терапией	490
Влияние компонентов пищи на токсичность лекарств.	495

Глава 21. Основы организации лечебно-профилактического и специализированного лечебного питания	499
Правовые основы организации лечебного питания в лечебно-профилактических учреждениях	499
Документы по организации лечебного питания	502
Документы, отражающие контроль за состоянием здоровья сотрудников пищеблока	503
Этапы организации системы лечебного питания в ЛПУ	506
Специализированное лечебное питание в ЛПУ	510
Глава 22. Обеспечение качества и безопасности пищевых продуктов в ЛПУ	514
Основные положения Федерального закона № 29-ФЗ «О качестве и безопасности пищевых продуктов»	514
Основные положения СанПиН 2.3.2.1078-01 «Гигиенические требования безопасности и пищевой ценности пищевых продуктов»	527
Положение «О проведении экспертизы некачественных и опасных продовольственного сырья и пищевых продуктов, их использовании или уничтожении»	537
Глава 23. Санитарно-гигиенические требования к пищеблокам ЛПУ.	539
Санитарно-гигиенические требования к пищеблокам	540
Санитарно-гигиенические требования к буфетным отделениям	546
Глава 24. Пищевые отравления (токсикоинфекции) и их профилактика	550
Пищевая токсикоинфекция	551
Пищевые отравления, обусловленные попаданием в организм человека живых возбудителей заболеваний.	555
Раздел IV. Лечебное питание при различных заболеваниях	559
Глава 25. Лечебное питание при заболеваниях пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки	559
Принципы питания больных при заболеваниях пищевода, желудка и двенадцатиперстной кишки	559
Лечебное питание при заболеваниях пищевода	562
Лечебное питание при заболеваниях желудка и двенадцатиперстной кишки	565

Глава 26. Лечебное питание при заболеваниях тонкой и толстой кишки	576
Питание при диарее.	577
Модификация рациона при кишечной диспепсии	581
Модификация рациона в связи с заболеванием кишечника	584
Питание при запоре.	584
Питание при избыточном газообразовании в кишечнике	591
Роль питания в коррекции состава кишечной микрофлоры.	591
Питание при синдроме раздраженного кишечника	594
Питание при целиакии.	598
Питание при ферментопатиях.	602
Питание при лактазной недостаточности	603
Питание при дефиците сахаразы и изомальтазы	604
Питание при дивертикулярной болезни	605
Питание при воспалительных заболеваниях кишечника.	605
Нутриционная поддержка при заболеваниях кишечника	607
Глава 27. Лечебное питание при заболеваниях печени и желчевыводящих путей	608
Принципы питания больных при заболеваниях печени и желчевыводящих путей	608
Острый холецистит, обострение хронического холецистита	613
Хронический холецистит вне обострения.	613
Желчнокаменная болезнь	614
Острый гепатит.	615
Алкогольная болезнь печени	616
Хронический гепатит	617
Цирроз печени.	618
Печеночная энцефалопатия	619
Асцит	619
Наследственные заболевания, обусловленные нарушением метаболизма отдельных нутриентов	621
Глава 28. Лечебное питание при заболеваниях поджелудочной железы	625
Лечебное питание при остром панкреатите или обострении хронического панкреатита	627
Лечебное питание в фазе затухающего острого или обострения хронического панкреатита	632

Лечебное питание в фазе ремиссии острого или хронического панкреатита	637
Лечебное питание больных хроническим панкреатитом с инкреторной недостаточностью.	639
Глава 29. Лечебное питание при заболеваниях сердечно-сосудистой системы.	640
Атеросклероз и заболевания сердечно-сосудистой системы.	642
Диета и атеросклероз	648
Фактор холестерина	649
Лечение гиперлипидемии с помощью диеты	651
Лечебное питание при артериальной гипертензии.	662
Факторы риска развития артериальной гипертензии	664
Питание больных хронической сердечной недостаточностью	672
Сердечная кахексия.	675
Питание больных острым инфарктом миокарда.	677
Глава 30. Лечебное питание при заболеваниях органов дыхания	681
Питание больных с хроническими заболеваниями легких	681
Глава 31. Лечебное питание при заболеваниях почек и мочевыводящих путей	694
Метаболические нарушения при почечной недостаточности.	694
Принципы диетотерапии при ХПН.	698
Особенности питания у больных ХПН, корригируемой диализом	704
Лечебное питание больных ХПН и другими заболеваниями почек.	707
Питание при остром гломерулонефрите	710
Питание при хроническом гломерулонефрите без выраженного нарушения азотовыделительной функции	711
Питание при воспалительных заболеваниях почек и мочевыводящих путей	712
Питание при ХПН.	712
Особенности лечебного питания больных с острой почечной недостаточностью.	716
Питание при мочекаменной болезни.	719
Гиперурикозурия и камни мочевой кислоты	720
Гипероксалурия	721
Фосфатурия.	721
Цистинурия и цистиновые камни	722

Глава 32. Питание при заболеваниях суставов.	722
Остеопороз	730
Диетотерапия при остеопорозе	732
Подагра	737
Диетотерапия при подагре	740
Артроз при нарушениях липидного обмена	745
Глава 33. Питание при сахарном диабете и других эндокринных заболеваниях	746
Сахарный диабет: вопросы этиопатогенеза, диагностики и предупреждения осложнений.	747
Диетотерапия сахарного диабета	755
Питание при заболеваниях щитовидной железы	785
Глава 34. Лечебное питание при ожирении	787
Этиопатогенез ожирения.	788
Классификация и диагностика ожирения.	793
Лечение ожирения.	794
Глава 35. Белково-энергетическая недостаточность	819
Причины БЭН.	819
Распространенность БЭН.	820
Патогенез БЭН.	821
Формы БЭН.	823
Классификация БЭН	825
Осложнения БЭН	826
Диагностика БЭН	828
Лечение БЭН.	829
Кахексия и прекахексия: диагностика и лечение	831
Глава 36. Пищевая непереносимость	835
Классификация патологических реакций на пищевые продукты.	836
Классификация гиперчувствительности (по Ф. Джеллу и Р. Кумбсу).	837
Истинная пищевая аллергия	839
Истинная пищевая непереносимость	850
Псевдоаллергическая пищевая непереносимость.	853
Непереносимость пищи, обусловленная дефицитом пищеварительных ферментов	856

Психогенная непереносимость пищи	856
Диагностика пищевой непереносимости	857
Лечение пищевой непереносимости	861
Классификация пищевых продуктов	863
Глава 37. Питание в профилактике и лечении онкологических и гематологических заболеваний	866
Питание в лечении онкологических больных	866
БЭН при онкологических заболеваниях	868
Питание при гематологических заболеваниях	874
Питание в профилактике и лечении анемий	874
Питание при профилактике и лечении железодефицитных анемий	875
V ₁₂ -дефицитные анемии	880
Фолиеводефицитные анемии	881
Лечебное питание при других гематологических заболеваниях	882
Диетическая профилактика онкологических заболеваний	883
Глава 38. Лечебное питание при инфекционных заболеваниях	891
Изменения метаболизма при остром инфекционном заболевании	891
Питание при заболеваниях, протекающих с выраженным инфекционно-токсическим синдромом без поражения желудочно-кишечного тракта	893
Питание при острых кишечных инфекциях	899
Питание при инфекционных заболеваниях с преимущественным поражением центральной нервной системы	903
Особенности питания при ВИЧ-инфекции	905
Питание при туберкулезе	907
Глава 39. Питание в пред- и послеоперационном периоде	910
Метаболические аспекты операционных вмешательств	910
Нутриционная поддержка в пред- и послеоперационном периоде	911
Основные диеты, применяемые в послеоперационном периоде	919
Глава 40. Питание после операций на органах пищеварения	923
Питание больных после операций на пищеводе	924
Питание больных после операций на желудке и двенадцатиперстной кишке	926
Питание при постгастрорезекционных синдромах	927
Питание больных после операций на кишечнике	931
Питание при синдроме короткой кишки	934

Питание больных после операций на печени	936
Питание больных после операций на желчевыводящих путях	937
Питание больных после операций на поджелудочной железе	943
Глава 41. Питание при травмах и ожоговой болезни	946
Питание при травматической болезни	946
Питание при ожоговой болезни	951
Глава 42. Лечебное питание при психических болезнях	955
Глава 43. Питание при неблагоприятном воздействии внешних факторов	962
Питание при загрязнении среды радиоактивными веществами	962
Лечебное питание в экологически неблагоприятных районах.	969
Загрязнение пищевых продуктов агрохимикатами	980
Глава 44. Питание в профилактике и лечении профессиональных заболеваний	991
Распространенность профессиональных заболеваний и их классификация	991
Питание лиц, подвергающихся воздействию профессиональных вредностей	994
Глава 45. Вместо заключения.	
Размышления о перспективах развития современной диетологии (клинический очерк)	1012
Приложения	1029
Приложение 1. Определение величины основного обмена и расхода энергии	1029
Приложение 2. Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения (согласно методическим рекомендациям «Нормы физиологических потребностей в энергии и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации», 2008)	1030
Приложение 3. Рекомендуемые уровни потребления минорных и биологически активных веществ пищи с установленным физиологическим действием для взрослых и пищевых веществах для различных групп населения Российской Федерации», 2008)	1034

Приложение 4. Положение об организации деятельности врача-диетолога (утв. приказом Минздрава России от 05.08.2003 № 330, приложение № 1)	1035
Приложение 5. Положение об организации деятельности медицинской сестры диетической (утв. приказом Минздрава России от 05.08.2003 № 330, приложение № 2).	1036
Приложение 6. Положение о Совете по лечебному питанию лечебно-профилактических учреждений (утв. приказом Минздрава России от 05.08.2003 № 330, приложение № 3).	1037
Приложение 7. Характеристика, химический состав и энергетическая ценность стандартных диет, применяемых в ЛПУ (в больницах и др.) (приказ МЗ РФ от 05.08.2003 № 330, приложение № 4, табл. 1, в ред. Приказа Минздравсоцразвития России от 26.04.2006 № 316).	1038
Приложение 8. Нормы лечебного питания (согласно приказу Минздрава России от 21.06.2013 № 395н).	1042
Приложение 9. Соотношение натуральных продуктов питания и специализированных продуктов питания в суточном рационе больного (Приказ Минздрава России от 05.08.2003 № 330, приложение № 4, табл. 1а, в ред. Приказа Минздравсоцразвития России от 26.04.2006 № 316)	1045
Приложение 10. Среднесуточный набор продуктов для взрослых, находящихся на санаторном лечении (Приказ Минздрава России от 05.08.2003 № 330, приложение № 4, табл. 3, в ред. Приказа Минздравсоцразвития России от 07.10.2005 № 624)	1047
Приложение 11. Взаимозаменяемость продуктов при приготовлении диетических блюд (Приказ Минздрава России от 05.08.2003 № 330, приложение № 4, табл. 6, в ред. приказа Минздравсоцразвития РФ от 26.04.2006 № 316)	1049
Приложение 12. Замена продуктов по белкам и углеводам (Приказ Минздрава России от 05.08.2003 № 330. приложение № 4, табл. 7, в ред. Приказа Минздравсоцразвития России от 26.04.2006)	1053

Приложение 13. Документация пищеблока для выписки питания и контроля за качеством готовой пищи в ЛПУ	1055
Приложение 14. Карта наблюдения больного, получающего энтеральное питание (вкладыш в медицинскую карту стационарного больного учетная форма № 003/У) (Приказ Минздрава России от 05.08.2003 № 330 (ред. от 21.06.2013), приложение № 5)	1061
Приложение 15. «Оценка нарушений питания» (выдержки из Приказа Минздрава России от 05.08.2003 № 330, ред. от 21.06.2013)	1062
Приложение 16. Оценка типа недостаточности питания (выдержки из методического письма «Способ определения пищевого статуса больных и методы его коррекции специализированными продуктами лечебного питания в условиях стационарного и санаторно-курортного лечения», утв. Минздравсоцразвития РФ 23.12.2004)	1063
Приложение 17. Сравнительная характеристика препаратов для энтерального питания	1064
Приложение 18. Химический состав некоторых продуктов и готовых блюд	1068
Список основной использованной литературы	1080
Нормативные акты	1080
Список литературы	1085