



РЕКОМЕНДАЦИИ ПРИ ПАНКРЕАТИТЕ

Диета № 5П - 1

ПОКАЗАНИЯ ДЛЯ НАЗНАЧЕНИЯ: острый панкреатит, хронический панкреатит в фазе резкого обострения.

ЦЕЛЬ НАЗНАЧЕНИЯ ДИЕТЫ: снятие болевого синдрома, снижение функциональной активности поджелудочной железы, механическое и химическое щадящее воздействие на систему пищеварения.

ХАРАКТЕРИСТИКА ДИЕТЫ: механически и химически щадящая диета с ограничением белка, жира и углеводов (легкоусваиваемых). Пища вареная в протертом виде. Назначают диету после 1–2 дней голодания. Общая продолжительность диеты— 5–6 дней.

РЕЖИМ ПИТАНИЯ: 2-3 дня – голодание, употребление только жидкость - 1,5-2,0 л. в сутки: минеральная щелочная вода комнатной температуры без газа «Боржоми», «Смирновская №1», «Славяновская», «Березовская», «Джержук», «Ессентуки №4»
Далее: 5-6 разовое дробное питание, небольшими порциями 14 дней.

КУЛИНАРНАЯ ОБРАБОТКА ПИЩИ: отварная, приготовленная на пару, рубленая, протертая, взбитая с яичным белком

ХИМИЧЕСКИЙ СОСТАВ: белки – 80 г., жиры— 40–60 г., углеводы— 200 г., Энергетическая ценность— 1500–1800ккал.

КАЛОРИЙНОСТЬ: 1800-2000 ккал в сутки, белок 80-100г. (до 60% растительного происхождения), резко ограничить жиры до 40-60г. и углеводы до 200-240г. в сутки, сахар до 30г. в сутки.

РЕКОМЕНДУЕМЫЕ И ИСКЛЮЧАЕМЫЕ ПРОДУКТЫ И БЛЮДА ДИЕТЫ:

БЛЮДО	РАЗРЕШАЕТСЯ	НЕ РАЗРЕШАЕТСЯ
Хлеб и мучные изделия	Пшеничный хлеб из муки 1-го и 2-го сорта, подсушенный или вчерашний, в виде сухарей. Несладкое сухое печенье, тосты, хлебцы. Ограниченно, не более 200 г в сутки	Ржаной и свежий хлеб, изделия из слоеного и сдобного теста
Супы	Овощные или крупяные протертые супы-пюре, слизистые супы на вторичном бульоне.	На наваристом мясном, рыбном бульоне, костные бульоны из жирных сортов рыбы и мяса, отваре грибов, с пшеном, молочные супы, борщи, щи, холодные - окрошка, свекольник.
Мясо, птица и рыба	Нежирные сорта мяса, птицы и речной рыбы в виде котлет, фрикаделей, суфле. Свежие паштеты	Жирные сорта мяса, птицы, рыбы, утка, гусь, дичь, сало, крепкие мясные и рыбные бульоны, морепродукты.
Молочные продукты	Обезжиренные молочные продукты – кальцинированный творог в виде пасты, пудинга, несладкий йогурт.	Молочные продукты повышенной жирности и с включением сахара.
Яйца	Яичный белок – белковый омлет	Блюда из цельных яиц, особенно вкрутую, жареные.

