

## کتواسیدوز دیابتی

مقادیر جزئی کربوهیدرات مثل آبمیوه به صورت مکرر داده شود. مصرف مایعاتی مثل آب گوشت در هر ساعت به منظور پیشگیری از دهیدراتاسیون.

## پای دیابتی

مصرف کالری کافی، مصرف کافی مایعات. رعایت برنامه ی غذایی غنی از میوه ها و سبزیجات جهت تامین ویتامین و مواد معدنی. مصرف کربوهیدرات با شاخص گلیسمی پایین.

## کبد چرب

رژیم غذایی کم کربوهیدرات، افزایش مقدار سبزی ها و میوه های خام . مواد غذایی غنی از آنتی اکسیدان. استفاده از منابع غنی از ویتامین C و سلنیوم.

## سیروز کبدی

از رژیم غذایی کم چرب و پرکالری استفاده کنید. مواد غذایی سرشار از ویتامین مثل سبزیجات ، میوه های تازه و فیبرهای غذایی استفاده شود. جهت کاهش و یا پیشگیری از ورم اندام ها و شکم مصرف نمک غذاها را محدود کنید. در صورت تجویز داروهای ادرار آور از مصرف میوه هایی مثل موز، پرتقال ، هلو به میزان زیاد اجتناب گردد.

## زخم های گوارشی

بطور معمول رژیم غذایی خاصی توصیه نمی شود. بهترین راه استفاده از تجربیات خود شخص در زمینه انواع غذاهاست. بعضی از غذاها مانند حبوبات یا مرکبات ، انواع میوه ها و سبزیجات خام در بعضی افراد ایجاد ناراحتی می کند که لازم است هر فرد در صورت ایجاد ناراحتی بنا به تجربه ی شخصی خود آن را حذف نماید. سه ساعت قبل از خواب چیزی نخورید. مصرف غذاهای چرب، شیرین و کم فیبر می تواند مضر باشد.

## گاستریت

خودداری از مصرف غذاهای محرک و پر ادویه، روزانه حداقل ۶ تا ۸ لیوان آب بنوشید. از خوردن سریع مواد غذایی پرهیز کنید. از خوردن وعده ی غذایی پر حجم و نفاخ پیش از خواب خودداری کنید.



پارلمان شهبندرنگ



## دیابت

رعایت تنوع و تعادل در رژیم غذایی، افزایش تعداد وعده ها و کاهش حجم آن ها، استفاده روزانه از مواد غذایی فیبردار مانند حبوبات، سبزی، میوه، نان های سبوس دار، کاهش مصرف قندهای ساده، شیرینی جات، نوشیدنی های گازدار. کاهش مصرف نمک. مصرف هر ۲ ساعت یک میان وعده حاوی حداقل ۱۵ گرم.

## پانکراتیت

در پانکراتیت حاد استراحت کامل به دستگاه گوارش صورت پذیرد(نخوردن هیچ گونه غذا و مایعات و برقراری تغذیه وریدی). بعد از کنترل درد و تهوع در بیمار، رژیم زود هضم و کم چرب رعایت گردد.

## شیمی درمانی

تغذیه مناسب در ضمن اجرای شیمی درمانی بسیار مهم است. باید رژیم غذایی کم چرب رعایت گردد. بیماران ممکن است از تغییر حس چشایی شکایت کنند، مثلا روی طعم گوشت حساس می شوند در چنین شرایطی از دیگر جانشین های گروه گوشت مثل مرغ استفاده کنید. در هنگام داشتن حالت تهوع قراردادن تکه های یخ در دهان مفید است. در بیماری که استفراغ می کند تغذیه نباید قطع شود و در هنگام خواب، سر باید بالا قرار گیرد

عنوان	تغذیه در بیماری های شایع بخش داخلی
کد	QM.SH.PA.40.00
تهیه کننده	میترا امامی
تاییدکننده	کمیته آموزش به بیمار
منبع	کتاب کراوس ۲۰۱۷
ناظر کیفی	فاطمه رادبیه (سوپروایزر آموزش)