

## Диеты

В нашем санатории более семи основных вариантов стандартной диеты (диеты № 1, 2, 3, 5, 9, 10, 15), что позволяет для каждого отдыхающего подобрать оптимальный режим питания.

### Список диет

---

#### Основные варианты диеты

##### ОВД-№1.

Назначается больным язвенной болезнью желудка и двенадцатиперстной кишки, хроническим гастритом в фазе стойкой ремиссии.

Эта диета способствует уменьшению воспалительного процесса в гастродуоденальной области, нормализации функциональной деятельности желудка (секреторной и моторно-двигательной) и обеспечению физиологических потребностей организма больного в пищевых веществах и энергии. Пищу готовят в воде или на пару. Разрешено запекание после предварительного отваривания. Пища принимается 5-6 раз в день.

##### ОВД-№2

Назначается больным хроническим гастритом с секреторной недостаточностью в стадии ремиссии, хроническим энтеритом и хроническим колитом.

Диета направлена на восстановление нарушенных функций желудочно-кишечного тракта, обеспечение больного полноценным сбалансированным питанием с учетом физиологических потребностей организма.

Блюда подаются в вареном виде, готовятся на пару, запекаются, тушатся, обжариваются без панировки.

##### ОВД-№3

Назначается больным хроническим энтеритом и хроническим колитом в стадии затухающего обострения и ремиссии с дискинезией кишечника (запорами).

Диета направлена на восстановление моторно-двигательной функции кишечника.

Пища подается в неизмельченном виде, готовится на пару, варится, запекается, овощи и фрукты подаются как в вареном, так и в сыром виде.

##### ОВД-№5

Назначается больным при остром гепатите и остром холецистите в стадии выздоровления, хроническом гепатите в стадии ремиссии, хроническом холецистите и желчнокаменной болезни вне обострения.

Диета направлена на нормализацию функции печени и желчного пузыря, холестерина и жирового обмена, улучшение желчеотделения.

Пища варится или готовится на пару. Разрешается запекание.

##### ОВД-№9

Назначается больным при сахарном диабете легкой и средней тяжести, при отсутствии избыточной массы тела, а также пациентам, не получающим инсулинотерапию или получающим ее в небольших дозах.

Диета способствует нормализации углеводного обмена.

Все блюда готовят, в основном, в отварном и запеченном виде.

##### ОВД-№10

Назначается больным с заболеванием сердечно-сосудистой системы.

Диета способствует улучшению кровообращения, функции сердечно-сосудистой системы, щажению сердечно-сосудистой системы и органов пищеварения.

Кулинарная обработка с умеренным механическим щажением. Мясо и рыбу отваривают. Пища готовится без соли.

## ОВД-№15

Переходная диета к обычному питанию.

Цель диеты — обеспечение отдыхающих разнообразным полноценным питанием.

Допускается различная кулинарная обработка.

## Щадящие диеты

### Вариант диеты с механическим и химическим щажением — ЩД (диеты №4 в)

Назначается отдыхающим, с заболеваниями кишечника в период выздоровления, при хронических заболеваниях кишечника в период ремиссии.

Диета способствует восстановлению нарушенных функций кишечника и других органов пищеварения, вовлеченных в патологический процесс.

Исключаются продукты, вызывающие гниение и брожение в кишечнике, стимулирующие секреторную функцию желудка, поджелудочной железы, печени, желчного пузыря.

Пища готовится на пару, в воде, запекается.

## Высокобелковые диеты

### Вариант диеты с повышенным количеством белка – высокобелковая диета – ВБД (5п–II вариант, 9б)

Назначается отдыхающим с заболеваниями поджелудочной железы вне обострения.

Цель назначения диеты — нормализовать функцию поджелудочной железы и желчного пузыря, обеспечить механическое и химическое щажение желудка и кишечника, предупредить развитие жировой инфильтрации печени.

Блюда подаются, в основном, в протертом, измельченном виде сваренные в воде или на пару.

## ВБД (9 б)

Назначается при сахарном диабете 1 типа средней тяжести и тяжелой степени при лечении инсулином.

Цель назначения диеты — нормализация углеводного и жирового обмена веществ.

Предпочтительны вареные и запеченные изделия. Реже – тушеные.

## Низкокалорийные диеты

### Вариант диеты с пониженной калорийностью – низкокалорийная диета – НКД (диеты № 8, 9а).

Назначается отдыхающим с ожирением назначается низкокалорийная диета НКД-№8

Диета направлена на регулирование нарушенного обмена веществ для устранения избыточного отложения жира.

Подаются вареные, тушеные, запеченные.

## НКД-№9 а

Назначается при сахарном диабете 2 типа легкой и средней тяжести с избыточной массой тела.

Диета способствует нормализации углеводного обмена.

Всю пищу готовят, в основном, в отварном и запеченном виде.