

В успехе лечения мочекаменной болезни и недопущения повторных рецидивов большое значение играет питание.

Предлагаемые ассортименты продуктов, овощей и фруктов при различных видах мочевых камней научно обоснованы, апробированы и доказали свою эффективность на практике.

При оксалатных камнях

Разрешается : Мясо и рыба в вареном виде, хлеб пшеничный из муки 2-го сорта, ржаной - из обойной муки, супы преимущественно на овощном отваре и фруктовые. Из овощей и фруктов - цветная и белокочанная капуста, репа, огурцы (без кожуры), винегреты, картофель варенный, яблоки, груши, арбузы, абрикосы, персики, дыни, фруктово-ягодные соки.



Ограничивается: Потребление крупяных изделий, картофель, морковь, мясо, рыба, птицы нежирных сортов (только в отварном виде), яйца - не более одного в день. Молоко и его продукты (сметана, творог и др.) употреблять преимущественно в умеренном количестве. Топленое, сливочное и растительное масло – до 50г, сахара – до 30г в день, сладкие блюда готовить на сахарине или за счет суточной нормы сахара. Чай пить только слабо заваренный, кофе заменять суррогатом, ограничивается соль.



Запрещается: Щавель, салат, шпинат, ревень, жирные сорта мяса, а также телятина, цыплята. Исключаются все виды мясной пищи: печень, почки, мозги, селезенка, студни, мясные бульоны, рыбные отвары, мясные и рыбные консервы, копчености. Из зелени и овощей нельзя употреблять шпинат, петрушку, ревень, спаржу, крапиву, свеклу, красную и брюссельскую капусту, редьку, сельдерей, зеленые бобы, чечевицу, грибы, картофель жаренный. Из фруктов и ягод исключаются: слива, крыжовник, земляника,



красная смородина, клюква; какао, крепкий чай, томатный сок и хлебный квас.

При уратных камнях

Разрешается : Различные виды хлебных изделий, кроме сдобных, мучные и крупяные блюда, фруктовые и овощные (без гороха, бобов, щавеля), супы, белокочанная и цветная капуста, морковь, тыква, огурцы (без кожуры), лимоны. Гарниры и блюда из овощей и грибов, салаты и винегреты, молоко. Молоко и разнообразные молочные продукты (сливки, сметана, простокваша, творог), сливочное и растительное масло. Фрукты и ягоды: яблоки, груши, абрикосы, персики, арбузы, дыни, виноград, кизил и др.



Сладкие блюда во всех видах, кофе с молоком, фруктово-ягодные соки в любом объеме.

Ограничивается : Дичь, мясо и рыба нежирных сортов. Они употребляются 1-2 раза в неделю только в отварном виде. Сдобные хлебные изделия, сыр, чеснок, помидоры, яичные блюда – не более одного яйца в день, поваренная соль, лук.



Запрещается : рыбные консервы – сардины, печень трески, шпроты, килька, сельдь и др.

Внутренние органы – печень, мозги, язык, вымя, почки. Ливерная колбаса, паштеты, мясные супы, студни, отвары из костей, уха, острые соусы, пряности, копчености и соленья. Из овощей и зелени запрещается: сельдерей, спаржа, шпинат, щавель, чечевица, фасоль, соя, брюссельская капуста, т.к. они содержат много пуринов.



При фосфатных камнях и фосфатурии

Разрешается: Употребление различных видов хлеба и хлебных изделий, кроме сдобных изделий на молоке. Назначается преимущественно мясной стол: мясо, птица, рыба, сало,

различные блюда из них, мясные и грибные супы. Мучные, крупяные, макаронные изделия, консервы (не овощные), икра, сливочное масло, растительные жиры, сладкие блюда, сахар, мед, сладости во всех видах, настой и сок шиповника, брусники, хлебный квас, отвар пшеничных отрубей, исключаются из диеты вещества возбуждающие нервную систему.



Ограничивается: Употребление яиц – не более одного яйца в день, сметаны -50 г в сутки.

Ограниченно допускаются овощи: брюссельская капуста, тыква, спаржа, горох, блюда из зернобобовых овощей и грибов – не более 100 г в день, кислые ягоды и фрукты: брусника, красная смородина, чернослив, кислые яблоки, алыча, орехи.



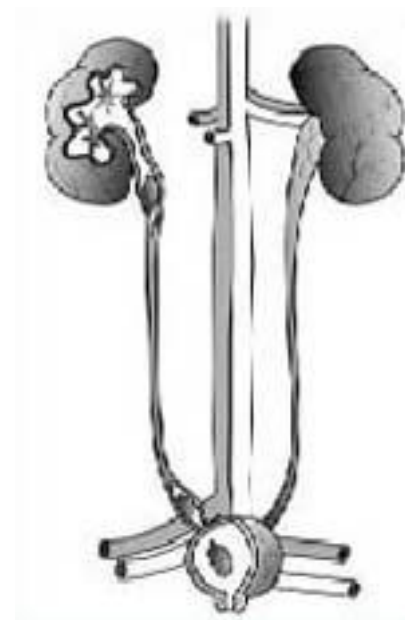
Запрещается : Щелочные минеральные воды, молоко и молочные продукты за исключением до 50 г сметаны в день, яичный желток, сдобные изделия на молоке, овощи, фрукты, ягоды, консервы закусочные, копчености, горчица, перец, хрен, кофе, крепкий чай, крепкие бульоны, навары, соленья и копчености.



Автор: Борычев В.Н., зав.урологическим отделением 4 ГКБ
Редактор: Арский Ю.М.
Художник: Бибова Е.Г.
Компьютерная верстка: Дудько А.В.
Ответственный за выпуск: Тарашкевич И.И.

4-я городская клиническая больница
Городской Центр здоровья

Лечебное питание при мочекаменной болезни



г.Минск