



Показания: острый нефрит в период выздоровления (с 3-4 недели лечения), хронический нефрит вне обострения и без почечной недостаточности.



Технология приготовления: мясо и рыбу отваривают, умеренное химическое щажение, температура пищи обычная.

В день употребляют 100-150 г рыбы или мяса, куском или рубленые.



Разрешаются:

Хлеб и мучные изделия: бессолевой хлеб, блинчики и оладьи без соли на дрожжах.

Супы — вегетарианские с добавлением овощей, картофеля, круп; фруктовые, молочные ограничено, заправляют сливочным маслом, сметаной, укропом, петрушкой, лимонной кислотой, луком после отваривания.

Мясо и птица — нежирные говядина, телятина, мясная и обрезная свинина, баранина, кролик, курица, индейка, после отваривания можно запекать или слегка обжаривать, язык.

Рыба — нежирная, после отваривания можно запекать, обжаривать, можно заливную.

Молочные продукты — молоко, сливки, кисломолочные напитки, творог и творожные блюда, сметана.

Яйца — до 2 шт. в сутки всмятку или омлет, можно добавлять в блюда.

Крупы — различная крупа и макаронные изделия в любом приготовлении.

Овощи — картофель и овощи в любом приготовлении.

Закуски — винегреты без солений, салаты из свежих овощей и фруктов.

Фрукты, овощи, сладкие блюда — различные фрукты и ягоды в сыром и вареном виде, компоты, кисели, жиры, желе, мед, варенье, конфеты.

Напитки — чай, некрепкий кофе, соки фруктовые и овощные, отвар шиповника.

Жиры — сливочное несоленое, коровье топленое и рафинированные растительные масла.

Исключаются: Хлеб обычной выпечки, мясные, рыбные, грибные и бобовые бульоны, жирные сорта мяса и рыбы, колбасы, рыбные и мясные консервы, копчености, сосиски, икра, сыры, бобовые, лук, чеснок, редька, редис, щавель, шпинат, солёные, маринованные и квашеные овощи, грибы, шоколад, перец, горчица, хрен, крепкий кофе, какао, минеральные воды, богатые натрием, алкогольные напитки.

При тяжелой форме острого нефрита или в первые дни при средней тяжести диетическое питание корректируется:

Исключают полностью соль, количество жидкости за сутки не должно превышать количество выведенной мочи за предыдущие сутки или не более чем на 300 мл, пищу принимать не менее 6 раз в сутки, количество отварного мяса или рыбы не более 50-60 г в сутки, их можно заменить 60 г творога или молока, сливок.

При выраженной почечной недостаточности, очищении крови больного с помощью «искусственной почки» (гемодиализе) пищу готовят без соли, при отсутствии отеков и гипертонии больному в сутки можно давать 2-3 г соли, свободной жидкости употреблять не более 0,8-1 л в сутки, хлеб бессолевой — до 150-200 г в сутки, мясо или рыбу — до 100 г в сутки, в день можно употреблять до 140 г молока, 140 г сметаны, 25 г творога. Пищу принимать 6 раз в сутки.

В период выздоровления при остром нефрите и хроническом нефрите вне обострения в сутки больной может использовать 36 г соли при полном бессолевом приготовлении пищи.