



МІНІСТЕРСТВО ОХОРОНИ ЗДОРОВ'Я УКРАЇНИ  
НАЦІОНАЛЬНИЙ ФАРМАЦЕВТИЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ  
Кафедра хімії природних сполук і нутриціології



# НУТРИЄНТНА КОРЕКЦІЯ ЗАХВОРЮВАНЬ СЕЧОВИВІДНОЇ СИСТЕМИ



# План

Гломерулонефрит, причини виникнення, симптоми.

Пієлонефрит, причини виникнення, симптоми.

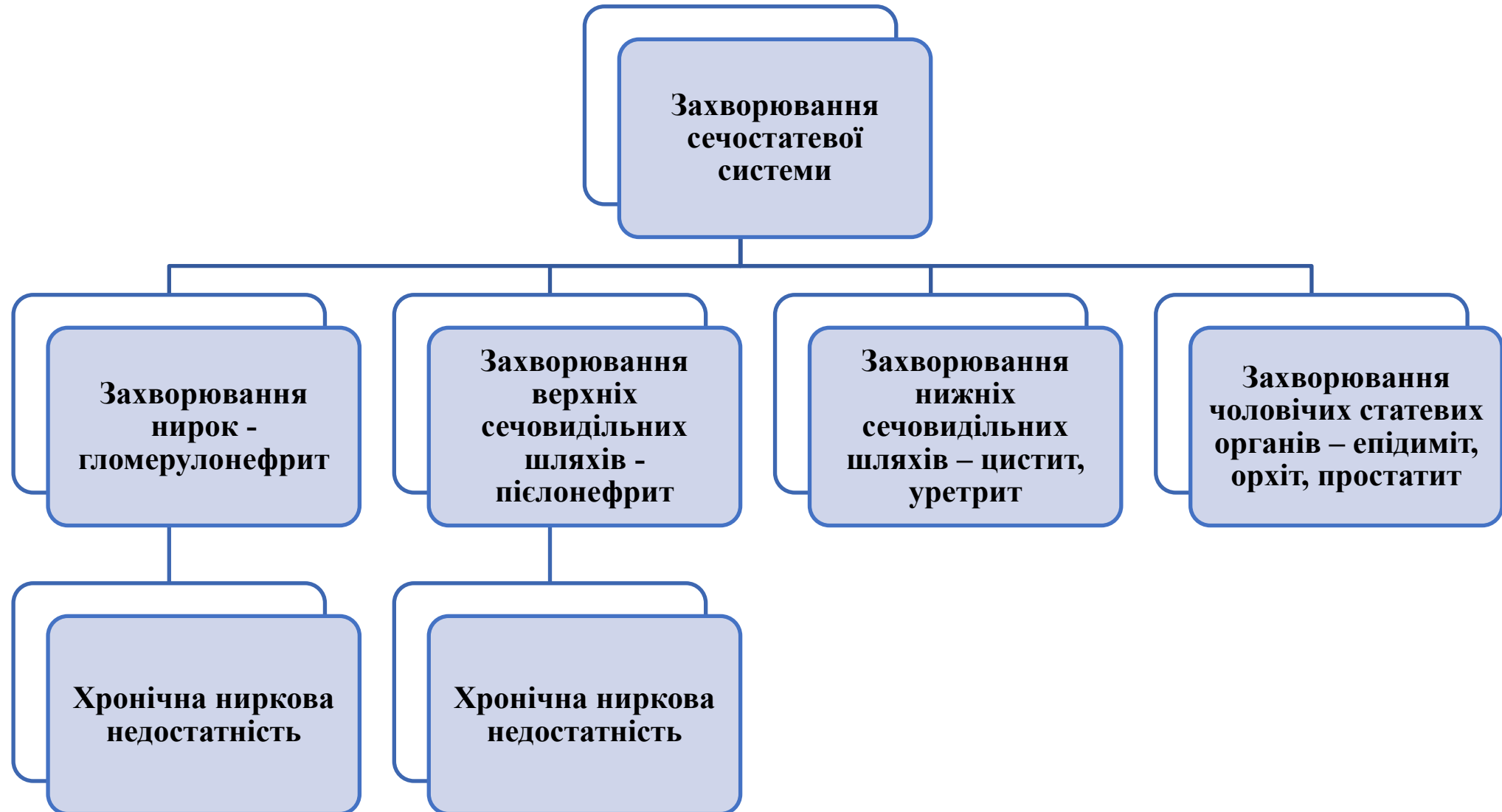
Сечокам'яна хвороба, причини виникнення, симптоми.

Хронічна ниркова недостатність, причини виникнення, симптоми.

Особливості харчування при захворюваннях нирок.

Загальна характеристика лікувальної дієти при захворюваннях нирок.

# Класифікація захворювань сечостатевої системи



# Нефрит

**Нефрити** – термін, що об'єднує різні за походженням запальні (імунозапальні) двобічні дифузні ураження нирок.

За походженням нефрити можуть бути первинними та вторинними.

В залежності від локалізації патологічного процесу та його причин виникнення виділяють такі види нефрита:

**Гломерулонефрит** – це гетерогенна група імунозапальних захворювань нирок з різною клініко-морфологічною картиною, перебігом та наслідками. За перебігом і особливостям проявів гломерулонефрит може бути гострим, хронічним та швидко прогресуючим.

**Пієлонефрит** – неспецифічне інфекційне запальне захворювання нирок, що вражає переважно інтерстиціальну тканину, лоханки та чашечки. Результатом пієлонефриту звичайно є нефросклероз.

За характером перебігу виділяють гострий та хронічний нефрит. За ступенем розповсюдження процесу – вогнищевий та дифузний нефрит.

# Дієта №7

## Призначення дієти: рекомендується при захворюваннях нирок в період видужування або при хронічній течії хвороби поза загостренням

**Мета дієти:** створити помірне щадіння функції нирок, надати протизапальну дію, сприяти виведенню з організму рідини, азотистих «шлаків» й інших продуктів обміну.

**Загальна характеристика:** дієта з обмеженням білка, солі та вільної рідини, з виключенням екстрактивних речовин м'яса, риби, грибів і ефірних олій.

**Хімічний склад:** білки – 75-80 г (50% – тваринного походження, в основному за рахунок білків молока), жири – 90-100 г (25 г рослинних олій), вуглеводи – 450 г (90 г цукру); вітаміни: ретинол – 1,5 мг, каротин – 5 мг, тіамін – 1,3 мг, рибофлавін – 2,5 мг, нікотинова кислота – 15 мг, аскорбінова кислота – 250 мг; мінеральні речовини: натрій – 2,0 г, калій – 2,5 г, кальцій – 0,8 г, магній – 0,3 г, фосфор – 1,2 г, ферум – 20,0 мг.

**Енергетична цінність** – 2200 ккал.

**Вільна рідина** – 0,9-1 л.

**Режим харчування:** 4-5 разів на день.

**РЕКОМЕНДУЕМЫЕ ПРОДУКТЫ ДЛЯ ДИЕТЫ №7**

 <p><b>Хлеб и мучные изделия</b> хлеб безбелковый, белый пшеничный отрубной (выпекается без соли)</p>	 <p><b>Рыба нежирных сортов</b> рыба только в отварном и запеченном виде</p>	 <p><b>Молоко и молочные продукты</b> молоко, кисломолочные напитки, творог натуральный и в виде запеканок, пудингов. Все в ограниченном количестве</p>	
 <p><b>Напитки</b> некрепкий чай, чай с молоком; отвар шиповника и черной смородины, разбавленные водой 1:1 фруктовые овощные и ягодные соки</p>	 <p><b>Овощи и зелень</b> картофель, морковь, свекла, цветная капуста, салат, помидоры, огурцы, петрушка, укроп; отварные и в натуральном виде</p>	 <p><b>Фрукты и сладкие блюда</b> фрукты и ягоды отварные и в натуральном виде; пюре, желе, муссы на крахмале; сахар, мед, варенье, джемы</p>	 <p><b>Яйца</b> 1-2 яйца в день в виде белковых омлетов, всмятку</p>



## *Дозволені та заборонені продукти харчування*

**Дозволені продукти:** хліб без солі, дріжджові млинці, оладки без солі, вегетаріанські супи із овочами, крупами, фруктові супи, у обмеженій кількості – молочні. Дозволено споживання нежирної яловичини, телятини, м'ясної та обрізної свинини, баранини, кролятини, курятини, індички – відварних, запечених або злегка обсмажених після відварювання. Можна їсти нежирну рибу, дозволяється фарширована, заливна риба, попередньо відварена. Під час дієти можна споживати молоко, сметану, вершки, різноманітні кисломолочні напої. Цілі яйця "в мішечок" або у складі омлету можна їсти у кількості до 2 штук на добу. Допускаються різні крупи, у тому числі, перлова, кукурудзяна, рисова, саго та макаронні вироби, приготовані будь-яким способом. Дозволені десерти із різноманітних фруктів та ягід – сирих, варених, у вигляді киселів, желе. Також, можна їсти мед, варення, цукерки, фруктове морозиво. Можна споживати несолене вершкове масло, коров'яче топлене масло та рафіновані рослинні олії. У обмежених кількостях допускається свиняче сало.

**Заборонені продукти:** хліб звичайної випічки, борошняні вироби із додаванням солі, супи на м'ясних, рибних та грибних бульйонах, а також із додаванням бобових, усі жирні сорти м'яса та птиці. Не допускається споживання смажених та тушкованих наїдків без попереднього відварювання, ковбасні вироби, сосиски, копченості та консерви.

# Сечокам'яна хвороба (нефролітіаз)

**Сечокам'яна хвороба (нефролітіаз)** - це наявність у сечових шляхах конкрементів, які утворюються внаслідок осадження хімічних речовин, що містяться в сечі, якщо їхня концентрація перевищує поріг розчинності.

**Основні фактори, що сприяють утворенню конкрементів в сечовидільній системі:**

- 1) висока концентрація літогенних речовин в сечі, таких як оксалати, кальцій, фосфати, сечова кислота, цистин;
- 2) застій сечі;
- 3) інфекція сечовивідних шляхів (ІСШ). Більшість конкрементів складається з оксалатів кальцію, рідше фосфатів кальцію, уратів, струвіту і цистину. Конкременти можуть формуватись в різних частинах сечовивідних шляхів.
- 4) наявність органічних ядер кристалізації

**Види ниркових каменів (за хімічним складом):**

- 1) **Кальцієві** камені (оксалатні; фосфатні),
- 2) **Уратні** камені.
- 3) **Змішані** камені.
- 4) **Цистинові** камені. Виявляють рідко (в 1–2% випадків сечокам'яної хвороби). Цистинові камені утворюються первинно та можуть досягати значної величини, колір їх білий або жовтуватий, поверхня гладка або шорсткувата, консистенція м'яка, як віск, поверхня розпилу здається кристалічною.
- 5) **Струвітні** камені. Виникають внаслідок інфекційних процесів у сечовидільній системі.
- 6) **Ксантинові** камені. Утворюються при порушенні перетворення ксантину в сечову кислоту.
- 7) Інші види каменів – **карбонатні, білкові, холестеринові**. В чистому вигляді вони практично не зустрічаються. Основний матеріал карбонатних каменів – кальцієві солі карбонатної кислоти. Основний компонент холестеринових каменів – холестерин. Камені чорного кольору, м'які, дуже крихкі.

## Дієта №6

### Призначення дієти: рекомендується при сечокислому діатезі

**Мета дієти** – знизити синтез сечової кислоти в організмі, посилити виведення її зі сечею, сприяти зсуву реакції сечі в лужний бік, знизити збудливість вегетативної нервової системи, надати десенсибілізуючого впливу.

**Загальна характеристика:** дієта з помірним обмеженням білків, жирів і солодких вуглеводів, значним обмеженням продуктів, багатих на солі щавлевої кислоти, помірним вмістом кухонної солі і підвищеним – лужних валентностей і рідини. Показане помірне обмеження енергетичної цінності, в основному за рахунок продуктів, багатих пуриновими основами. Необхідність обмеження жиру диктується його негативним впливом на виведення солей сечової кислоти з організму, їх вміст повинен бути не більше 1 г на 1 кг маси тіла. У зв'язку з вираженою специфіко-динамічною дією білків, яка сприяє утворенню ендогенної сечової кислоти, доцільно кількість білка в дієті дещо обмежити. Зниження в раціоні солодких вуглеводів буде сприяти десенсибілізуючому ефекту. Доцільно збагачувати дієту вітамінами, які позитивним чином впливають на обмін речовин.

**Хімічний склад:** білки – 70-80 г (в основному молочні), жири – 80-90 г (в тому числі 25% – рослинного походження), вуглеводи – 400 г (цукру 80 г), вітаміни: ретинол – 0,5 мг, каротин – 7 мг, тіамін – 1 мг, рибофлавін – 1,5 мг, нікотинова кислота – 15 мг, аскорбінова кислота – 155 мг; мінеральні речовини: натрій – 0,4 г, калій – 3,1 г, кальцій – 0,7 г, фосфор – 1,3 г, магній – 0,35 г, ферум – 50,0 мг, кухонна сіль – 10 г.

**Енергетична цінність:** 2700-2800 ккал.

**Вільна рідина** – 2,5-3 л.

**Режим харчування:** 4 рази на день, натщесерце і в проміжках – напої.





Із харчування **виключаються** джерела пуринових основ; м'ясні, рибні та грибні бульйони, соуси і підливи, яйця, а також мозок, печінка, нирки, м'ясо молодих тварин, ікра, риба, холодець, бобові, дріжджі, гриби, цвітна капуста, шоколад. Різко **обмежують** продукти, багаті щавлевою кислотою: шпинат, щавель, редиску, баклажани, малину, інжир.

Бажане **обмеження** страв, що збуджують нервову систему: кава, какао, міцний чай, гострі закуски і прянощі.

**Забороняються** жирні сорти м'яса, тугоплавкі жири: баранячий, яловичий, свинячий, кулінарні жири. З метою обмеження надходження в організм кухонної солі з раціону виключають соління, мариновані овочі та плоди, гострі закуски, копчене м'ясо і рибу, ковбаси, гострі й солоні тверді сири, бобові, багаті пуринами – горох, квасолю, сочевицю, а також щавель, шпинат.

**Забороняється** вживання алкогольних напоїв, які сприяють виникненню приступів подагри.

**Виключають** хрін, гірчицю, перець



# Рекомендовані продукти та способи приготування страв

М'ясо, птиця – нежирні сорти, відварені або запечені.

Риба – нежирна, відварена з подальшим легким обсмаженням або запіканням шматком, а також січена.

Молочні продукти – молоко, вершки, кисломолочні напої, сир і страви з сиру з морквою, яблуками, рисом, сметана.

Яйця – по 2 шт. у день (некруті, омлет), при зменшенні норми м'яса або сиру.

Жири – вершкове несолоне, топлене масло та рафіновані рослинні олії. Крупи та макаронні вироби – різні крупи та макаронні вироби в будь-якому приготуванні.

Хліб і борошняні вироби – безсольовий хліб, млини, оладки на дріжджах і без солі.

Овочі – картоплю та овочі широко застосовують в будь-якій кулінарній обробці, окрім смаження.

Супи – вегетаріанські з овочами, крупою, картоплею; фруктові, молочні (обмежено). Заправляють вершковим маслом, сметаною, кропом, петрушкою, лимонною кислотою, яйцем.

Закуси – вінегрет без соління, салати зі свіжих овочів та фруктів.

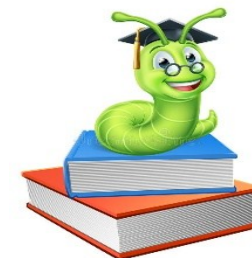
Плоди, солодкі страви і солодощі – різні фрукти і ягоди, компоти, киселі, желе, мед, варення, фруктові морозиво.

Соуси – томатні, молочні, сметанні, фруктові і овочеві солодкі та кислі підливки, з вареної та підсмаженої цибулі.

Напої – чай, німецька кава, соки фруктові та овочеві. Відвар шипшини. Сечогінну дію мають відвар польового хвоща, кукурудзяних рилець, споришу, кавуни. Для посилення сечогінного ефекту при відсутності протипоказань з боку серцево-судинної системи рекомендуються мінеральні води – Слов'янська, Смирнівська, Березівська та ін.

# Література

1. Тексти лекцій з нутриціології / Автори-укладачі: Попова Н.В., Ковальов С.В., Казаков Г.П., Алфьорова Д.А., Степанова С.І., Скора І.В. – Х.: Вид-во НФаУ, 2018. Стор. 126.
2. Павлоцька Л.Ф., Дуденко Н.В., Цихановська І.В., Лазарева Т.А., Александров О.В., Коваленко В.О., Скуріхіна Л.А., Євлаш В.В. Нутриціологія. Частина 1. Загальна нутриціологія. Навчальний посібник. – Харків: УПА, 2012. – 371 с.
3. Дуденко Н.В., Павлоцька Л.Ф., Цихановська І.В., Лазарева Т.А., Александров О.В., Коваленко В.О., Скуріхіна Л.А., Євлаш В.В. Нутриціологія. Частина 2. Частна нутриціологія: Навчальний посібник. - Харків: УПА, 2012. – 246 с.
4. Общая нутрициология: Учебное пособие /А.Н. Мартинчик, И.В. Маев, О.О. Янушевич. - М.: МЕДпресс-информ, 2005. - 392 с., илл.
5. Опорний конспект. Нутриціологія [Електронний ресурс] / укладачі Л. Ф. Павлоцька, О. Ф. Аксьонова. – Електрон. дані – Х. : ХДУХТ, 2018. – 1 електрон. опт. диск (CD-ROM); 12 см. – Назва з тит. екрана.
6. Державна Фармакопея України: в 3 т. / ДП «Український науковий фармакопейний центр якості лікарських засобів». 2-е вид., Т. 3. Х.: Держ. п-во «Український науковий фармакопейний центр якості лікарських засобів», 2014. 732 с.



ДЯКУЮ  
ЗА  
УВАГУ!

