



DAVOLOVCHI PARHEZ STOLLARINING AHAMIYATI

Nuriddinova Muxlisaxon

*Farg'ona shahar Abu Ali Ibn Sino nomidagi Jamoat salomatligi texnikumi
Maxsus fanlar kafedrasi o'qituvchisi*

Annotatsiya: ushbu maqolada davolovchi parhez stollarini ahamiyati yoritilgan bo'lib, mazkur masala yuzadidan muallif tomonidan shakllantirilgan ilmiy taklif va amaliy tafsiyalar o'z ifodasini topgan.

Kalit so'zlar: gastrit, enterit, enterokolit, qabziyat, gepatit, xolesistit, semizlik, nefrit, piyelonefrit, o'n ikki barmoqli ichak yarasi.

THE IMPORTANCE OF THERAPEUTIC DIETARY TABLES

Annotation: This article discusses the importance of therapeutic dietary tables, and the scientific proposals and practical recommendations formulated by the author on this issue are reflected.

Keywords: gastritis, enteritis, enterocolitis, constipation, hepatitis, cholecystitis, obesity, nephritis, pyelonephritis, duodenal ulcer.

Parhez № 1 a

Ko'rsatma: oshqozon va o'n ikki barmoq ichak yarasi kasalliklari xurujining 1-8-kuni. O'tkir va surunkali gastritning 1-2- kuni uchun.

Xususiyatlari: oshqozon va o'n ikki barmoq ichakning kimyoviy va mexanik himoyasini ta'minlaydi. Barcha ovqat, iloji boricha, suyuq holda bo'lishi, bir kecha-kunduzda 6—7 marta berish, ovqat vazni 2,5 kg atrofida bo'lishi kerak.

Oziq va taomlar xili: suli-yormali sho'rva, sariyog' va zaytun yog'i, maydalab ezilgan va bo'tqa holiga keltirilgan sabzavotlar, yog'siz go'sht va baliq, manniy bo'tqasi. Chala pishirilgan tuxum, tvorog, na'matak damlamasi, suvuq choy.



Man etiladi: o'simlik klelchatkasiga boy sabzavotlar va mevalar, qavatma sho'rva, non va un mahsulotlari, qatiq va shunga o'xshash sut mahsulotlari, ziravor, kofe; kakao.

Parhez № 1 b

Ko'rsatma: oshqozon va o'n ikki barmoq ichak yarasi xurujining 15—20-kuni.

O'tkir gastritning 2—3- kuni uchun.

Xususiyatlari: oshqozon va o'n ikki barmoq ichak shilliq qavatining No 1 a parheziga nisbatan o'rtacha himoyalaydi (mexanik, kimyoviy, termik jihatdan): barcha ovqatlar yarim va bo'tqasimon ko'rinishda. Ovqat qabul qilish bir kecha-kunduzda 6-7 marta, ratsion og'irligi 2,5—3 kg gacha, tuz miqdori 8—10 g.

Oziq va taomlar xili: No 1 a parhezi oziq va taomlari, shuningdek, yupqa kesib tayyorlangan qotgan oq non (75-100 g), go'sht yoki baliqning bug'da pishirilgani (kuniga 1-2 marta), guruc, arpa, suli yormasi. Suli bo'tqa va sho'rva, kisel, suv bilan suyultiriladigan shakarli sharbatlar, yaxshilab ezilgan sabzavot bo'tqalari, shirin mevalardan tayyortangan jem.

Parhez № 1

Ko'rsatma: kuchli sekreziyal, surunkali gastritning o'tkir davri, surunkali oshqozon va o'n ikki barmoq ichak yarasi kasalligining tuzalish davri.

Xususiyatlari: oshqozon va o'n ikki barmoq ichak shilliq qavatini bir me'yorda himoyalaydi (mexanik va kimyoviy jihatdan); ovqatlar qaynatilgan va eziltirilgan holda. Ovqat qabul qilish kuniga 5-6 marta. ratsion og'irligi 3 kg, tuz miqdori 8- 10

Oziq va taomlar xili: bir kun oldin pishirilgan va qotirilgan oq va qora non, biskvit. Yaxshilab qaynatib va eziltirib pishirilgan yorrna, maydalangan va eziltirilgan sabzavotlar qo'shib tayyorlangan sutli sho'rva. Bug'da pishirilgan go'sht yoki baliqli kufta, qaynatilgan yoki bug'da pishirilgan baliq, tovuq go'shti. Sabzavot bo'tqalari, qaynatib yoki bug'da tayyorlangan bo'tqalar. Chala pishirilgan tuxum yoki bug'da pishirilgan omlet. Shirin mevalar va ulardan tayyorlangan sharbatlar, shakar,



asal, murabbo, dimlangan olma, kisel. muss, jele. Sut, qaymoq, yangi yog'siz suzma, choy, kakao, sulchoy, na'matak qaynatmasi. Tuzsiz sariyog', o'simlik moyi.

Yaxshi hazm bo'lmaydigan o'simlik kletchatkasi, qaynatma sho'rvadan tiyilgan ma'qul.

Ziravor, achchiq kofe, qattiq pishirilgan tuxum, qo'ziqorin mumkin emas.

Parhez № 2

Ko'rsatma: yetarlicha shira ishlab chiqarilmaydigan (gipoatsid) surunkali gastrit, o'tkir gastrit, enterit, rekonvalessensiya davridagi kolit.

Xususiyatlari: mexanik himoyalovchi, lekin oshqozon sekretsijasini kuchaytiruvchi parhez. Qaynatilgan, dimlangan, ozroq qovurilgan ovqatlar, bir kecha-kunduzdagi tuz miqdori 15g gacha.

Oziq va taomlar xili: bir kun oldin pishirilgan oq non, qotgan non, haftasiga 1-2 marta oshirilmagan xamirdan tayyorlangan pishiriqlar. Go'sht va baliqli qaynatmalardan tayyorlangan sabzavot va yormali sho'rva. Qaynatilgan, dimlangan, bug'da pishirilgan, biroz qovurilgan, yog'siz mol go'shti, tovuq go'shti, qaynatilgan yoki bug'da pishirilgan yog'siz baliq. Pomidor. qaynatilgan, dimlangan va eziltrib tayyorlangan kartoshka, qizil lavlagi, sabzi. Meva va meva qoqilaridan tayyorlangan kompot, kisel, muss. Meva va sabzavot sharbatlari, dimlangan olma, behi, marmelad, qand. Sut, atsidofillin, qatiq, yangi suzma, pishloq, qaymoq. Go'shtli, baliqli va sabzavotlar qo'shilgan souslar. Lavr yaprog'i, vaoin, sut qo'shilgan choy, kofe, kakao. O'simlik moyi va sariyog'. Qattiq pishirilgan tuxum, qovurilgan omlet.

Qo'ziqorin, mosh, loviya, tariq, jo'xori, no'xat man etiladi.

Parhez № 3

Ko'rsatma: qabziyat bilan kechuvchi surunkali ichak kasalliklari (o'tkir va remissiya davrida).

Xususiyatlari: ovqat ratsionida o'simlik kletchatkasiga boy va ichak peristaltikasini kuchaytiruvchi oziq moddalar miqdorini oshirish, bir kecha-kunduzlik tuz miqdori 12-15 g.



Oziq va taomlar xili: II va III sort bug'doy uni, qora non (yaxshi hazm bo'lganda), yog'siz go'sht yoki sabzavotli sho'rva, qaynatilgan, dimlangan, ba'zan maydalangan go'sht va baliq. Ko'p miqdorda sabzavot va mevalar, shirinlik, kompot, sharbatlar. Yormali bo'tqalar (guruch, suli). Suzma, kefir, pishloq. Qattiq pishirilgan tuxum. O'simlik moyi va sariyog'ni ovqatga qo'shib iste'mol qilish mumkin.

Sholg'om, turp, sarimsoq, qo'ziqorin man etiladi.

Parhez № 4

Ko'rsatmalar: o'tkir enterokolit, surunkali kolitning o'tkir davri. Keskin dispeptik o'zgarishlar va ich ketishi.

Xususiyatlari: ichakni kimyoviy, mexanik va termik himoyalovchi parhez. Ovqat qabul qilish — kuniga 5—6 mahal. Barcha ovqatlar bug'da eziltirib tayyorlanadi. Tuz miqdori bir kecha-kunduzda 8-10 g. Parhez davomiyligi 5-7 kun.

Oziq va taomlar xili: qotgan oq non, yog'siz go'sht qaynatmasi, yormalar, tuxum, eziltirilgan guruch qo'shib tayyorlangan sho'rva. Maydalangan, qaynatilgan yoki bug'da pishirilgan yog'siz go'sht, baliq, parranda go'shti. Eziltirilgan yormlardan suvda yoki yog'siz qaynatmada tayyorlangan bo'tqa va pudinglar. Meva sharbatlari, na'matak qaynatmasi. Choy, suvda tayyorlangan kakao, jele, kisel. Kuniga 2 dona tuxum (pishirilgani yoki omlet). Sariyog' (40-50 g), qand (40 g gacha). Qaymoq yeyish cheklanadi. Sut, o'simlik kletchatkasi, ziravorlar, sho'r va marinadlangan, dudlangan mahsulotlar, mosh, no'xat, loviya; jo'xori man etiladi.

Parhez № 5

Ko'rsatma: tuzalish davridagi o'tkir gepatit va xoletsistit, surunkali gepatit va xoletsistit, jigar sirrozi.

Xususiyatlari: jigarni maksimal himoyalash, avaylash, hayvon yog'i va ekstraktiv moddalarni cheklash. Uglevodlar miqdorini oshirish. Ovqatlar maydalanmaydi. Qovurish mumkin emas. Kuniga 5-6 mahal ovqatlanish kerak. Ratsion og'irligi — 3-3,5 kg, tuz miqdori—8-10 g.

Oziq va taomlar xili: kechagi bug'doy va arpa noni. Sabzavotlar, yormalar, qaynatma makaron mahsulotlari, sutli, sabzavotli sho'rva. Qaynatilgan, qaynatib dimlangan, yog'siz mol va parranda go'shti. Sabzavot va mevalar, salat, vinegret



hamda nordon bo'lmagan tuzlangan karam. Nordon bo'lmagan mevalar. Qand (100 g gacha), murabbo, asal, sut, qatiq, asidofilin, ayron, pishloq. Tuxumni ovqatga solib yoki omlet ko'rinishida haftada 2—3 marta.

Qo'ziqorin, shpinat, limon, ziravorlar, kakao, shokolad man etiladi.

Parhez № 5 a

Ko'rsatma : jigar va o't yo'llari hamda oshqozon-ichak kasalliklari bilan birga kechadigan o'tkir va surukali pankreatit(qaytalanish davri).

Xususiyatlari: xuddi No5 parhezga o'xshash, faqat oshqozon va ichak shilliq qavatlari himoyalanaadi (ovqat ezilib tayyorlangan holda beriladi).

Oziq va taomlar xili: qotirilgan bug'doy noni. Sabzavot va yormalardan tayyorlangan shirali sho'rva, sabzavot qaynatmasi yoki suvda ezilib pishirilgan vermishel, sho'rva-pyure. Bug'da pishirilgan kufta yoki sufle, yog'siz qaynatilgan baliq va undan tayyorlangan sufle Qaynatilgan, bug'da pishirilgan, ezilib sabzavotlar. Ezilib suvda yoki suvda pishirilgan bo'tqa. Tuxum faqat ovqatga qo'shib beriladi. Qand, asal, shirin mevalardan tayyorlangan jele, sut. Yangi sut mahsulotlarini ovqatga qo'shib ichish mumkin. Achchiq bo'lmagan choy. Shirin meva sharbatlari. Sariyog' va o'simlik moyini ovqatga qo'shib iste'mol qilish buyuriladi.

Ziravor, sholg'om, rediska, karam, shpinat, kakao, marinadlangan taomlar man etiladi.

Parhez № 6

Ko'rsatma : podagra va uratli diatez. Go'sht va baliq mahsulotlarini man qilish kerak bo'lgan eritremitiya va boshqa xastaliklarda.

Xususiyatlari: purio almashinuvini me'yoriga keltirish va urat kislotaning endogen hosil bo'lishini kamaytirishga imkon berish.

Purin birikmalarga boy mahsulotlar man etiladi. Ishqoriy radikallari (sabzavot, meva, danakli meva va sut) bo'lgan mahsulotlar kiritiladi. Ovqatlanish rejimi kuniga 5 mahal.

Parhez № 7

Ko'rsatma: rekonvalessensiya davridagi o'tkir nefrit, surunkali nefrit (siydik cho'kmasidagi biroz o'zgarishlar bilan).



Xususiyatlari: buyraklarni ehtiyot qilish. Osh tuzi (sutkasiga 3-5 g), suyuqliklar (sutkasiga 800-1000 ml), eksiraktiv moddalar, o'tkir ziravorlar cheklanadi.

Oziq va taomlar xili: tuzsiz oq non, 800-1000 ml suyuqlik, yog'li qaynatilgan mol va parranda go'sht bo'laklari. maydalangan, ezilirilgan, qaynatib dimlangan go'sht. Yog'siz qaynatib, maydalanib qaynatilgan, so'ng biroz qovurib tayyorlangan baliq. Xom va qaynatib yoki dimlab pishirilgan sabzavotlar, salatlar, tuzsiz vinegret. Yorma va makaron mahsulotlaridan tayyorlangan bo'tqa, pudinglar.

Tuxum — kuniga 1 dona. Mevalar va meva qoqilari, qand, asal, murabbo. Sut va sut mahsulotlari, suzma. Sabzavot va mevali souslar. O'simlik moyi va sariyog'.

Qaymoq va smetana cheklanadi. Mosh, no'xat, loviya man etiladi.

Parhez № 7 a

Ko'rsatma: o'tkir nefrit, surunkali nefritning o'tkir davri (siydik cho'kmasidagi yaqqol o'zgarishlar bilan).

Xususiyatlari: suyuqliklar va tuz miqdorini qat'iy cheklash. Barcha ovqatlar eziltirib, qaynatib, bug'da tayyorlanadi.

Oziq va taomlar turi: no 7 parhezga o'xshash, faqat go'sht va baliq bir kecha-kunduzda 50 g gacha kamaytiriladi. Sabzavotlar faqat qaynatib yoki eziltirib pishirilgan holda beriladi. Xom yoki qaynatilgan mevalar, albatta, ezitirib beriladi.

Sho'rva mumkin emas.

Parhez № 8

Ko'rsatma : semizlik.

Xususiyatlari: uglevodlar va yog'lar hisobiga ovqat ratsionining energetik qimmatini kamaytirishi. Oqsil miqdorini oshirish. Osh tuzi (kuniga 3—5 g gacha), suyuqliklar (kuniga 1 / gacha). Ekstraktiv moddalar, ziravorlarni cheklash, O'simlik kletchatkasi miqdorini ko'paytirish. Ovqat qabul qilish — bir kecha-kunduzda 5—6 mahal.



Oziq va taomlar xili: qora non (100—150 g). Go'shtli, baliqli, sabzavotli sho'rvalar (yarim kosa). Suli bo'tqasi. O'simlik moyi bilan barcha turdagi sabzavotlarni iste'mol qilish mumkin, Kartshka kamroq beriladi.

Barcha mevalar meva sharbatlari. Yog'siz sut mahsulotlari. Kompot, choy, ksilit qo'shilgan kofe. Sariyog' va qaymoq cheklanadi.

Ziravor, ta'm beruvchi qo'shimchalar man etiladi.

Parhez № 9

Ko'rsatma: qandli diabet.

Xususiyatlari: rafinadlangan uglevodlarni cheklash yoki umuman iste'moldan chiqarish, xolesterin tutuvchi ovqatni cheklash. Ratsion: bir kecha-kunduzlik energetik qaymatini individuallashtirish, barcha ovqatni qaynatib, dimlab pishirilgan holda berish, qovurilgan taomlar cheklanadi.

Oziq va taomlar xili: qora non, arpa nav, II—III bug'doy unidan pishirilgan non (sutkasiga 300 g gacha). Sabzavot solib qaynatilgan sho'rva. Yog'siz go'sht va baliq. Turli yormalardan tayyorlangan bo'tqa. Mosh, no'xat, loviya, jo'xori. Kuniga 1-2 la tuxum (sarig'i cheklanadi). Sut mahsulotlari. Meva va sabzavotlar: sabzi, qizil lavlagi, yashil no'xat, kartoshka, guruch cheklanadi.

Tuzlangan va marinadlangan taomlar, manniy yormasi va makaron mahsulotlari, anjir, banan, mayiz man etiladi.

Parhez № 10

Ko'rsatma: yurak-qon tomir a'zolari kasalliklari (qon aylanishi yetishmovchiligisiz).

Xususiyatlari: hayvon yog'i va xolesterin tutuvchi oziqlarni, osh tuzini (sutkasiga 5 g) cheklash. Kuniga 5-6 mahal qaynatilgan yoki dimlangan holdagi ovqatlari iste'mol qilish mumkin.

Oziq va taomlar xili: II — III nav undan pishirilgan non, qotirilgan non. Yormali, sulli, meva va sabzavotli sho'rva (yarim kosa), haftasiga 1 marta yog'siz go'shtli sho'rva. Yog'siz qaynatilgan va dimlangan, biroz qovurilgan mol va parranda go'shti, yog'siz baliq. Omlet. O'simlik moyi qo'shilgan sabzavotli vinegret va salat (shavel, qo'ziqorin), o'simlik moyini qo'shib. Suli va tariq yormalaridan tayyorlangan



bo'tqa. puding. Sut, sut mahsulotlari, pishloq, mevalar, sharbatlar, ovqat tayyorlash uchun 50 g yog' ishlatiladi, yarmisi o'simlik moyi ko'rinishida olinadi. Achchiq bo'lmagan choy va kofe, qand — sutkasiga 40 g gacha.

Yog'li go'sht va baliqli ovqatlar, oshirma xamir, ikra, hayvon miyasi, jigar, buyrakdan tayyorlangan ovqatlar, hayvon yog'i, muzqaymoq, tuzlangan taomlar, konservalar, alkohol, kakao, shokolad, mosh, no'xat, loviya man etiladi.

Parhez №10 a

Ko'rsatma: yaqqol qon aylanishining yetishmovchiligi bilan kechuvchi yurak-qon tomir a'zolari kasalliklari.

Xususiyatlari: osh luzi va suyuqliklarni keskin cheklash, ovqat ratsionidan nerv tizimi, yurak faoliyatini qo'zg'atuvchi va buyraklarni ta'sirlantiruvchi oziq moddalarni olib tashlash. Ovqatlar tuzsiz tayyorlanadi.

Oziq va taomlar xili: No 10 parhezdagi kabi, faqat go'sht va baliq, bir kecha-kunduzda 50 gacha (qaynatilgan holda), sabzavotlar qaynatib, ezilgan holda beriladi. Barcha mevalar eziltirib beriladi.

Sho'rva, sho'r va achchiq taomlar, achchiq choy va kofe, yog'li xamir man etiladi.

Parhez № 11

Ko'rsatma: o'tkir asoratsiz va ichak faoliyatining buzilishisiz kechuvchi sil, umumiy ozib ketish.

Xususiyatlari: energetik qiymali oshirilgan, to'laqonli, sifatli ovqatlantirish, ovqat ratsionida oqsillar, yog'lar, uglevodlar, vitaminlar va mineral tuzlar miqdorini oshirish.

Oziq va taomlar turi: turli xil taomlar, kalsiy tuzlariga boy ovqat: sut, pishloq, anjir. Go'sht, baliq, tvorog, sut, tuxumda oqsil ko'p bo'ladi.

O'rdak va g'oz go'shti man etiladi.

Parhez № 13

Ko'rsatma: o'tkir yuqumli kasalliklar (harorat ko'tarilganda).

Xususiyatlari: xilma-xil suyuq ovqat, dag'al o'simlik kletchatkasi, shirinliksiz sut. Ovqatlanish kuniga 8 marta, kam-kamdan.



Oziq va taomlar xili: oq non va qotirilgan non, go'sht, sho'rva, go'shtli qiyma. Yumshoq pishirilgan tuxum va omlet. Ezilgan bo'tqalar. Meva va sabzavot sharbatlari, mors, kisel, sariyog'.

Parhez № 14

Ko'rsatma: hamma kasalliklarda maxsus buyurilgan parhezdan keyin.

Xususiyatlari: to'la qimmatli parhez, vitaminlar 2 baravar ko'paytirilishi va yog'li taomlar chiqarib tashlanishi zarur. Bir kunda 4-5 marta iste'mol qilinadi.

Oziq va taomlar xili: oq non, har xil sho'rva, go'sht bo'laklari (yog'lisidan tashqari), har xil baliq, manniy yormasi, makaron mahsulotlari va dukkakli mahsulotlar solingan ovqat. Tuxum va tuxumli ovqat. Har xil ho'lmeva va sabzavotlar, sut va sut mahsulotlari, ishtaha ochuvchi qalampir va murch (ko'rsatmaga qarab). Tuzlama va konservalar (sifatiga qarab), choy, kofe, kakao, meva sharbatlari, kvas, sariyog', o'simlik yog'i va vinegret.

Parhez № 15

Ko'rsatma: oshqozon va ichak operatsiyalaridan keyingi birinchi kuni (3 kundan ortiq buyurish mumkin emas).

Xususiyatlari: har 2 soatda beriladi. Ovqat suyuq va jelesimon holatda beriladi (8 dan 22 gacha).

Qandli choy (10 g), meva va danakli meva kisellari, olma kompoti (olmasiz). shakarli na'matak damlamasi (10 g), sariyog', guruch qaynatmasi va kuchsiz go'sht qaynatmasi ruxsat etiladi.

Shifokor parhezni bemorning holatiga, kasalligi va ovqat yeyishiga qarab buyuradi. U parhez nomerini kasallik tarixidagi ko'rsatma varag'iga yozib qo'yadi, palata hamshirasi ko'rsatma varag'iga binoan, har kuni taomnoma tuzadi. Taomnoma tuzganda, parhez stollar soni har xil va o'ziga xos bo'ladi. Bemor kasalxonadan chiqayotgan kuni ismi, sharifi taomnomaga qo'shilmaydi. Bemor kechqurun qabul qilinganda, taomnomani navbatchi hamshira tuzadi.

Taomnomaga shifoxona hamshirasidan keyin bo'limning katta hamshirasi va bo'lim boshlig'i qo'l qo'yadi. Keyin u oshxonaga beriladi. Taomnoma tuzganda



mahsulotlar sifatini shifokor-diyetolog (kichik davolash maskanlarida diyet hamshirasi) nazorat qiladi.

Yodda tuting!

Sog'lom odamning yoki alohida parhez bilan ovqatlanishi zarur bo'lgan kishilarning ovqatida, nafaqat ularning energetik qiymati yetarli bo'lishi, balki oqsillar, yog'lar, uglevodlar, mineral moddalar va suv balanslangan miqdorda bo'lishi kerak. Oqsillar, yog'lar va uglevodlar 1:1:4 nisbatda bo'lishi kerak.

Parhez ovqatlanishni belgilashda quyidagilarni aniqlash kerak:

- 1) sifatli mahsulotlar (ovqatda me'yorida yoki ortiqroq oqsil moddalar, yog'lar, uglevodlar va boshqalar)ni va ularning miqdorini;
- 2) taomlarga ishlov berish turlarini (qaynatib, bug'latib, dimlab);
- 3) ovqatlanish tartibini (ovqatni iste'mol qilish vaqti va soni).

FOYDALANILGAN ADABIYOTLAR.

1. M. A. Fozilbekova, N.A.Nurmatova “Hamshiralik ishi nazariy asoslari.” Toshkent O'qituvchi 2004 yil.
2. Q.S. Inomov “Hamshiralik ishi asoslari.” Abu Ali ibn Sino 2003 yil.
3. Q. Inomov, M.Ganiyeva “Pediatriyada hamshiralik ishi.” G'ofur G'ulom nashriyoti 2007 yil.
4. T.Yu. Umarova “Hamshiralik ishi.”