

## Показания:

острые почечные заболевания (нефрит острый или его обострения)

## Приготовление и прием пищи

отваривание, запекание, легкое обжаривание. Пищу готовят без соли. Режим питания 5-6 раз в день.

## Разрешаются

**Хлеб и мучные изделия:** безбелковый бессолевой хлеб на кукурузном крахмале - 100 г, при его отсутствии 50 г пшеничного бессолевого хлеба или других выпекаемых на дрожжах без соли мучных изделий

**Супы:** овощные, картофельные, фруктовые. Заправляют вываренным пассерованным луком, сметаной, зеленью

**Мясо и птица:** нежирные говядина, телятина, мясная и обрезная свинина, баранина, кролик, курица, индейка

**Рыба:** нежирная, после отваривания можно запекать, обжаривать

**Молочные продукты:** молоко, сливки, творог, сметана

**Яйца:** в блюда – 1/4-1/2 яйца в день или 2-3 в неделю (всмятку, омлет)

**Крупы:** безбелковые макаронные изделия. На воде и молоке в виде каш, пудингов, запеканок, плова, котлет

**Овощи:** картофель и овощи в любом приготовлении

**Закуски:** винегреты без солений, салаты из свежих овощей

**Фрукты, овощи, сладкие блюда:** различные фрукты и ягоды в сыром и вареном виде, компоты, кисели, желе, мед, варенье, конфеты

**Напитки:** слабый чай с лимоном, соки из фруктов и ягод, в т.ч. томатный, отвар шиповника

**Жиры:** сливочное несоленое, коровье топленое и рафинированные растительные масла

## Необходимо исключить

Хлеб обычной выпечки, мучные изделия с добавлением соли, мясные, рыбные, грибные и бобовые бульоны, жирные сорта мяса и рыбы, колбасы, рыбные и мясные консервы, копчености, сосиски, икру, сыры, бобовые, лук, чеснок, редьку, редис, щавель, шпинат, соленые, маринованные и квашеные овощи, грибы, шоколад, перец, горчицу, хрен, крепкий кофе, какао, минеральные воды, богатые натрием, алкогольные напитки.



При тяжелой форме острого нефрита или в первые дни при средней тяжести течения диетическое питание корректируется: исключают полностью соль, количество жидкости за сутки должно не превышать количество выведенной мочи за предыдущие сутки или превышать 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 на 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 гипертензии 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 3-6 г соли при полном бессолевом приготовлении пищи.