

Date: 5th June-2025

ЛЕЧЕБНОЕ ПИТАНИЕ ПРИ ХРОНИЧЕСКИЕ ГЕПАТИТЕ У ДЕТЕЙ

Бобожоной Нилуфар Исмоиловна

Ферганский Медицинский Институт Общественного Здравья

Кафедра Микробиологии, вирусологии и иммунологии



Гепатиты являются наиболее распространенными среди болезней. Острые гепатиты имеют инфекционное происхождение. И если вирусный гепатит Е и гепатит А (болезнь Боткина) имеют благоприятное течение и не переходят в хроническую форму, то гепатиты В и С, несмотря на значительный прогресс в диагностике и лечении, приводят к хроническому поражению печени. Именно они характеризуются наиболее частым развитием **цирроза и рака печени**.

В связи с выше сказанным задачи диетотерапии при вирусных гепатитах следующие:

- Восстановление нарушенного состояния печени;
- Стимулирование иммунных процессов;
- Предотвращение застойных явлений в желчевыводящей системе;
- Усиление процессов регенерации.

Неблагоприятным фактором, отрицательно влияющим на процессы пищеварения, является возникающее при острых и хронических вирусных гепатитах нарушение желчеобразования и моторики билиарного тракта. При этом изменения билиарного тракта характеризуются гипокинезией желчного пузыря и гипертонусом сфинктеров Одди и Люткенса, что препятствует нормальному току желчи. Наблюдается ухудшение качественного состава желчи за счет снижения содержания многих ее компонентов (желчных кислот, холестерина и др.). Указывается на то, что нарушения холатообразующей функции печени и моторики билиарного тракта в процессе вирусных гепатитов закладывают основу для формирования устойчивой патологии желчевыводящих путей.

Белки представляют пластический и энергетический материал. Основным источником незаменимых аминокислот являются белки животного происхождения (молоко, яйца, мясо, рыба). Белки растительного происхождения (мука, крупы и т.д.) не имеют оптимального набора аминокислот или содержат таковые в недостаточном количестве, в отличие от животных белков. Усваиваются белки животного происхождения на 90%, растительные белки — менее эффективно — на 60%.

В количественном выражении содержание белка в суточном диетическом рационе детей при вирусных гепатитах должно составлять: в возрасте 1—2х лет — 63—65 г, 3—6 лет — 75—80 г, 7—10 лет — 85—95 г и 11—14 лет — 102—108 г. При этом в набор мясных продуктов могут включаться говядина, телятина, куры, нежирная свинина, индейка. Как источник белка используются также мука и крупы (гречневая, рисовая, овсяная). Вместе с тем бобовые продукты (горох, фасоль, чечевица и др.), хотя и богаты растительным белком и основными минеральными веществами, не употребляются для приготовления диетического питания для детей

Date: 5th June-2025

изза большого количества в них грубой клетчатки, могущей усугублять нарушенный процесс пищеварения.

Помимо основных пищевых продуктов, обеспечивающих пластические и энергетические потребности организма, в диетическом питании при гепатитах должны присутствовать в достаточном (физиологическом) количестве так называемые эссенциальные нутриенты, т. е. витамины, минеральные вещества, микроэлементы. Указанные нутриенты принимают участие во всех биохимических процессах в организме и являются регуляторами всех физиологических реакций.

По своей сути диета № 5 по Певзнеру считается наиболее оптимальной при острых и хронических гепатитах. В таблицах 1 и 2 приведены примерный среднесуточный набор продуктов и меню диеты № 5 для детей. Назначение диеты № 5 при острых гепатитах целесообразно на весь период клинико-биохимических проявлений заболевания, т.е. на 2—5 недель. Как показывает клинический опыт, далее можно переходить на обычное питание в соответствии с возрастом ребенка.

При хронических гепатитах лишь на период существенного ухудшения состояния (выраженные диспептические явления), а также при наличии дискинетических признаков со стороны желчевыводящей системы есть необходимость в назначении диеты № 5.

Последние 30 лет характеризуются значительными достижениями в изучении этиологии и патогенетических механизмов вирусных гепатитов.

Современные тенденции в диетологии при острых и хронических гепатитах. Обращают внимание новые разработки, в результате которых создана серия продуктов на соевой пищевой основе, отвечающих требованиям современного диетического питания при желудочно-кишечных и печеночных заболеваниях: безопасности лечебного эффекта и разнообразия.

В экспериментальных исследованиях были установлены гепатозащитные свойства белков сои. При этом на модели хронического токсического гепатита у крыс было показано, что введение в пищу больных гепатитом животных соевого молока способствовало усилению антиоксидантной активности и восстановлению нарушенной функции печени

В заключение можно отметить, что при существенной консервативности диетических принципов при острых и хронических вирусных гепатитах все же наблюдается «либерализация» подходов к диете при данных заболеваниях. Это, в частности, проявляется в сокращении длительности соблюдения строгой диеты и более раннем переходе к обычному возрастному питанию, внедрении новых диетических продуктов и пищевых добавок.

