

## МУКОВИСЦИДОЗ

**Муковисцидоз** - генетическое заболевание, характеризующееся поражением желез внешней секреции, кистозным перерождением поджелудочной железы, поражением кишечника и дыхательной системы вследствие закупорки выводящих протоков вязким секретом.

**Разрешены:** хлеб ржаной и пшеничный, мука пшеничная, крупы, бобовые, макаронные изделия, картофель, овощи, сухофрукты, соки, фруктово-овощные напитки, мясо, субпродукты, рыба, яйца, молоко, сыр, сметана, масло сливочное, масло растительное, сахар, кондитерские изделия, какао-порошок, в меньшей степени - простые углеводы (фрукты, сладости, варенье, мед).

**Запрещенных** продуктов, для питания больных детей нет.

**Нежелательны** для питания больного ребенка продукты, осложняющие работу печени и желчевыводящих путей: тугоплавкие жиры, жареные блюда, копчености, колбасные изделия, мясные деликатесы, крепкие бульоны, кислые и острые блюда и пряности. Продукты, содержащие большое количество стабилизаторов, искусственных красителей и консервантов: майонез промышленного производства, фаст-фуд: чипсы, лимонады, готовые сухие полуфабрикаты, сладкие газированные напитки, фруктовые напитки промышленного производства, конфеты и сладости, употребляемые натощак. Продукты, усиливающие газообразование в кишечнике: цельнозерновой и отрубной хлеб, свежая и кислая капуста, бобовые, свекла, орехи, грибы.

Для питания ребенка необходимо предусмотреть дополнительные приемы пищи по формуле: "3 + 3". 3 основных приема пищи (завтрак, обед, ужин) и 3 дополнительных (второй завтрак, полдник, второй ужин). Дополнительные приемы пищи рекомендуется представлять специализированными высокобелковыми продуктами питания, кисломолочными продуктами, творогом и фруктами. В питании в 1,5 раза увеличивается количество белка, и в рацион вводятся омега-3 полиненасыщенные жирные кислоты.

**Калорийность:** увеличивается в 1,5 раза по сравнению со здоровым ребенком того же возраста. Суточное количество калорий для ребенка рассчитывается по формуле: **1500 ккал + 100 ккал, умноженное на возраст ребенка в годах.**

**Приготовление:** пища готовится на пару, варится, тушится, запекается.

СПБ ГКУЗ «ГОРОДСКОЙ ЦЕНТР МЕДИЦИНСКОЙ ПРОФИЛАКТИКИ»