

Стол №4

Показания: острые и обострения хронических заболеваний кишечника, сопровождающиеся диареей (поносом).

Режим питания: 5 раз в день

Срок назначения: несколько дней

Особенности питания:

Резко ограничены механические, химические и термические раздражители желудочно-кишечного тракта. Исключены продукты и блюда, стимулирующие секрецию органов пищеварения, процессы брожения и гниения в кишечнике. Блюда жидкие, полужидкие, протертые, сваренные в воде или на пару. Исключены очень горячие и холодные блюда.

Продукты:

Продукты	Рекомендовано	Исключить
Хлеб и выпечка	Сухари высшего качества из белого пшеничного хлеба, не поджаренные, тонко нарезанные	Изделия из сдобного теста Пирожные Черный хлеб
Первые блюда	Слизистые супы на обезжиренном мясном или рыбном бульоне, или на овощном отваре с хорошо разваренными крупами, вермишелью, лапшой, мелко нашинкованными овощами с добавлением паровых или отварных мясных, или рыбных кнелей, фрикаделек, яичных хлопьев, вареного и протертого мяса.	Мясные и рыбные бульоны Овощные навары
Мясо и рыба	Говядина, телятина, птица или свежая рыба нежирных сортов в виде паровых котлет, кнелей, фрикаделек, суфле	Жирные сорта мяса и рыбы Мясо куском Колбасы Соленая рыба Икра Консервы
Крупы и каши	Протертые каши на воде или на обезжиренном мясном бульоне из риса, овсяной, гречневой, манной и других круп	Каши пшеничная, перловая Макароны Бобовые
Молочные продукты	Свежий кальцинированный творог в протертом виде	Молоко
Овощи и зелень		Свежие овощи, зелень
Фрукты	Пюре из яблок без кожицы, Желе, кисели из черники, кизила, черемухи, айвы, груш	Любые сырые фрукты и ягоды
Сладости	Сахар ограниченно	Любые
Напитки	Крепкий чай с лимоном и сахаром Соки черной смородины, черники пополам с водой Отвар шиповника Отвар сушеной черной смородины,	Газированные напитки Алкоголь Кофе

	черники, черемухи	
Яйца	До 1-2 в день. Всмятку, паровой омлет и в блюда	
Соусы и специи	Соль ограниченно	Любые
Жиры и масла	Масло сливочное	
Закуски		Любые

Стол №4а

Показания:

- колиты с преобладанием процессов брожения.

Режим питания: 5 раз в день

Срок назначения: несколько дней

Состав тот же, что и в диете №4, но резко ограничиваются богатые углеводами продукты (каши, хлеб, сахар) и увеличивается содержание белков за счет мясных блюд, протертого творога.

Стол №4б

Показания:

- хронические колиты в стадии затухание болезни.

Режим питания: 4-6 раз в день

Срок назначения: от 1-2 месяцев до нескольких лет

Особенности диеты:

В отличие от основного варианта диеты разрешаются закуски (сыр неострый, колбаса докторская, паштетная, телячья, вымоченная сельдь, заливное мясо, заливной язык) и соусы (на мясном, овощном и рыбном некрепких бульонах с укропом, листьями петрушки, соус молочный бешамель с добавлением небольшого количества сметаны, фруктовые соусы, может использоваться корица). Все блюда – в вареном виде или приготовлены на пару, протертые, слизистые, подают в теплом виде.

Стол №4в

Показания:

- острые заболевания кишечника в период выздоровления как переход к рациональному питанию;
- хронические заболевания кишечника в период затухания обострения;
- хронические заболевания кишечника вне обострения при сопутствующих поражениях других органов пищеварения.

Режим питания: 5 раз в день

Срок назначения: несколько месяцев

Особенности питания:

Этот режим питания назначается для того чтобы обеспечить полноценное питание при нарушении работы кишечника для восстановления функции других пищеварительных органов. Диета является физиологически полноценной с ограничением потребления соли и небольшим увеличением количества белковой пищи. Она исключает продукты, усиливающие процессы гниения и брожения в кишечнике, активизирует его секрецию, а также секрецию поджелудочной железы и желудка. Готовить блюда нужно на пару, в измельченном виде, либо запекать или варить.