

# Питание при недостаточности кровообращения



Здоровое питание

# **Питание при недостаточности кровообращения**

«Мельников И.В.»

Питание при недостаточности кровообращения / «Мельников И.В.», — (Здоровое питание)

Правильное питание играет огромную роль при заболеваниях органов кровообращения, которые очень распространены в наше время. Недостаточность кровообращения возникает при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – пороки сердца, кардиосклероз, гипертоническая болезнь и др. При недостаточности кровообращения ухудшаются функции легких, печени, почек, сердца, уменьшается снабжение тканей и органов кислородом, нарушается обмен веществ, в организме накапливаются недоокисленные продукты обмена белков, жиров, углеводов. Питание при недостаточности кровообращения должно быть направлено на ликвидацию нарушений обмена веществ. Это достигается подбором и применением продуктов, кроме того, немалое значение имеет и объем пищи, особенно съедаемой за один прием.

# Содержание

* * *	5
Конец ознакомительного фрагмента.	6

# ПИТАНИЕ ПРИ НЕДОСТАТОЧНОСТИ КРОВООБРАЩЕНИЯ

\* \* \*

Правильное питание играет огромную роль при заболеваниях органов кровообращения, которые очень распространены в наше время. Недостаточность кровообращения возникает при заболеваниях сердечно-сосудистой системы – пороки сердца, кардиосклероз, гипертоническая болезнь и др. При недостаточности кровообращения ухудшаются функции легких, печени, почек, сердца, уменьшается снабжение тканей и органов кислородом, нарушается обмен веществ, в организме накапливаются недоокисленные продукты обмена белков, жиров, углеводов. Расстройство водно – солевого обмена ведет к задержке в организме воды и соли, появлению отеков. Лечебное питание облегчает и улучшает работу сердца, улучшает обмен веществ, помогает бороться с отеками и выводить из организма продукты обмена веществ. Оно щадит сердечно-сосудистую и пищеварительные системы, а также почки. При недостаточности кровообращения очень важно ограничить поступление в организм поваренной соли и увеличить поступление калия, который положительно влияет на активность сердечной мышцы. Велико значение в обеспечении нормальной жизнедеятельности организма, в том числе функций сердечно-сосудистой системы, и солей магния. Он является не только составным элементом тканей, но и влияет на обмен веществ, улучшает состояние плазмы крови и др. Основными источниками магния являются злаковые культуры, особенно пшеничные отруби, крупы, а также орехи и миндаль. Меньше магния содержится в овощах и фруктах. При недостаточности кровообращения часто нарушается обмен кальция. Понижение в крови его уровня приводит к возникновению различных судорог. Кальций – обязательный компонент системы свертываемости крови. Он поступает в организм в основном с молоком и молочными продуктами. Особенно много кальция в твороге и сыре. Кальций содержится в петрушке, урюке, кураге, маслинах, хрене, изюме, черносливе, зеленом луке, салате, капусте, финиках, горохе. Велико значение для организма фосфора. Его соединения принимают участие во всех видах обмена веществ. Источниками фосфора являются молоко, морковь, цветная капуста, абрикосы, персик.

Питание при недостаточности кровообращения должно быть направлено на ликвидацию нарушений обмена веществ. Это достигается подбором и применением продуктов, кроме того, немалое значение имеет и объем пищи, особенно съедаемой за один прием. Обильный прием пищи у больных с недостаточностью кровообращения сказывается самым отрицательным образом на их самочувствии: появляется ощущение удушья, сердцебиение, одышка. У полных людей при недостаточности кровообращения состояние улучшается после их перехода на низкокалорийную диету, которая ведет к снижению веса. Снижение веса тела облегчает работу сердца, разгружает обмен веществ и уменьшает потребность организма в кислороде. Полнота чаще всего связана с неправильным обменом веществ и нередко ведет к склерозу кровеносных сосудов, представляющих собой составную часть сердечно-сосудистой системы, поэтому в этом случае правильнее всего перейти к низкокалорийному питанию. Однако больных нельзя подвергать голоданию, питание должно быть полноценным.

## **Конец ознакомительного фрагмента.**

Текст предоставлен ООО «ЛитРес».

Прочитайте эту книгу целиком, [купив полную легальную версию](#) на ЛитРес.

Безопасно оплатить книгу можно банковской картой Visa, MasterCard, Maestro, со счета мобильного телефона, с платежного терминала, в салоне МТС или Связной, через PayPal, WebMoney, Яндекс.Деньги, QIWI Кошелек, бонусными картами или другим удобным Вам способом.