

## Dijetoterapija

Vrsta: Seminarski | Broj strana: 16 | Nivo: Fakultet za menadžment i turizam, Travnik

### ISHRANA

Hrana djeluje povoljno na naš organizam, održava nas u životu. Upravo zbog toga, pravilna ishrana itekako je potrebna zdravom, a još više bolesnom čovjeku.

Od davnina, ljudi su znali da pravilnom ishranom mogu povoljno uticati na različite bolesti ili uticati na njihove posledice. Zbog toga nije neobično što propise o ishrani bolesnika nalazimo u starim civilizacijama. Još je Hipokrat 370. g.p.n.e. napisao knjigu „O vještini kuvanja“.

Moderna nauka raspolaže brojnim dokazima o načinu važnosti i uticaja ishrane na tok bolesti. Pred nama je široko područje istraživanja uticaja industrijski proizvedene hrane na zdravlje i bolest, uticaja aditiva, uticaja ekologije na proizvodnju i kvalitet hrane, kao i uticaja različitih neprilagođenih pomodarskih načina ishrane na naš organizam.

### DIJETOTERAPIJA

Zdrav čovjek može jesti i piti sve, a bolestan to sebi ne može priuštiti. Iz tog saznanja stvorena je dijeta i dijetetika. Sama riječ dijeta potiče od grčke riječi diatia što znači život, življenj, način života, hrana, tako da je dijeta prilagođena ishrana bolesnika. Prema tome bi i izraz dijetoterapija doslovno preveden sa grčkog jezika značio briga, njega ili liječenje načina života, briga za hranu.

Ishranom čovjek unosi različite čovjeku potrebne materije. Od vrste tih materija i njihove količine zavisi pravilan rad složenog sastava metabolizma u ljudskom organizmu. S obzirom na to, da kod bolesnika taj proces može biti poremećen, samim tim postaje još osjetljiviji. Zbog toga odabir vrste, količine i načina pripreme hrane bolesniku može mnogo pomoći, odnosno spriječiti i liječiti neke bolesti, nego uprkos tome važno je znati da hranu ne možemo svrstati među lijekove u užem smislu.

Dijetalna ishrana (dijetoterapija) koje se propisuje određenim bolesnicima često ima terapijsku ulogu, i zajedno sa drugim mjerama liječenja, doprinosi ozdravljenju. Tako se posebna pažnja posvećuje bolesnicima nakon operativnog zahvata, traume, bolesnicima sa poremećajem metabolizma, probavnim smetnjama, poremećajima bubrežne funkcije, imunološkog sistema i slično.

Bolesnici ne smiju uzimati tvrdi hranu, pa im se ona posebno priprema i usitnjava miksanjem pa im se daje u tečnom obliku. Pri tome se vodi računa da hrana bude raznovrsna i da sadrži željenu prehrambenu vrijednost. Sledeći važan faktor o kome se vodi računa je uzrast bolesnika (bebe, djeca, starci), kao i neka posebna stanja kao trudnoća, stanja nakon porođaja i dojenje. Drugim riječima, ishrana bolesnika mora odgovarati biološkoj potrebi organizma, te vrsti i stupnju bolesti.

#### Osobine i pravila

Svaka dijeta ima svoje osobine, nego s obzirom na izbor namirnica, pripremu i broj obroka, postoje i neka opšta pravila.

U dijetalnoj ishrani najčešće nije preporučljivo uzimati:

- masna, jako začinjena i konzervisana jela
- trajne salame, kobasice i paštete
- sva dimljena i sušena mesa
- masnu svinjetinu, tovljene patke i guske
- sve umake od pečenja, zaprške, majonez i jaja u većoj količini
- sve masne, oštre i zrele sireve
- kolače s kremom, orasima, lješnicima i čokoladom.

...

**----- OSTATAK TEKSTA NIJE PRIKAZAN. CEO RAD MOŽETE  
PREUZETI NA SAJTU. -----**

[www.maturskiradovi.net](http://www.maturskiradovi.net)

MOŽETE NAS KONTAKTIRATI NA E-MAIL: [maturskiradovi.net@gmail.com](mailto:maturskiradovi.net@gmail.com)