

راهنمای رژیم‌های درمانی

تالیف:

دکتر محمد حسن انتظاری

دانشجوی دکترای تخصصی تغذیه، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

زیر نظر:

دکتر محمد حسن انتظاری

متخصص تغذیه، استادیار دانشکده تغذیه و ایمنی غذایی، دانشگاه علوم پزشکی اصفهان

سرشناسه	کافشانی، مرضیه، ۱۳۵۵ -
عنوان و نام پدیدآور	راهنمای رژیم‌های درمانی، تألیف مرضیه کافشانی، زیر نظر محمدحسین انتظاری.
مشخصات نشر	اصفهان: حروفچین، ۱۳۹۲.
مشخصات ظاهری	۲۸ص. : جدول.
شابک	۹۷۸-۶۰۰-۹۳۹۳۸-۲-۴
وضعیت فهرست نویسی	فیا
پادداشت	عنوان روی جلد: راهنمای کاربردی رژیم درمانی.
عنوان روی جلد	راهنمای کاربردی رژیم درمانی.
موضوع	رژیم درمانی
موضوع	رژیم غذایی درمانی
موضوع	رژیم درمانی -- دستنامه‌ها
رده‌بندی دهگانه	۶۱۶/۲۱۶RM ی ۲۲ ۱۳۹۲
رده‌بندی دی	۶۱۵/۸۵۴
شماره کتابخانه ملی	۳۳۶۱۰۹۲



عنوان کتاب راهنمای رژیم‌های درمانی

نویسنده: مرضیه کافشانی

ناشر: حروفچین

صفحه آرای: ایمان معتمدی

چاپ اول: ۱۳۹۲

تیراژ: ۵۰۰ جلد

چاپ: رضوی

قطع: وزیری

قیمت: ۷۰۰۰ تومان

شابک: ۹۷۸-۶۰۰-۹۳۹۳۸-۲-۴

«حق چاپ محفوظ است»

اصفهان: خیابان هشت بهشت، خیابان ملک شمالی

تلفن: ۰۹۱۶۲۹۱۶۱۷۹ - ۰۹۱۳۵۴۵۳۴۷۹

Horoufchin@yahoo.com

فهرست

۹	 مقدمه
۱۱	 ارزیابی آنتروپومتریک
۱۲	 تخمین وزن بدن
۱۵	 تفسیر اطلاعات مربوط به وزن بدن
۱۶	 درصد تغییرات وزن بدن
۱۶	 ارزیابی اضافه وزن و چاقی با استفاده از شاخص توده بدنی (BMI)
۱۷	 تفسیر دور کمر و نسبت دور کمر به دور باسن
۱۸	 اطلاعات بیوشیمیایی
۱۹	 شاخص پیش‌بینی تغذیه‌ای
۲۰	 وضعیت پروتئین
۲۲	 محاسبه و تفسیر شاخص کراتینین - قد
۲۵	 بررسی فیزیکی متمرکز بر وضعیت تغذیه‌ای
۲۶	 ارزیابی کلی شخص (SGA)
۲۷	 سطح استرس متابولیک
۲۸	 درجه بندی بر اساس ارزیابی کلی شخص
۲۹	 برآورد نیازهای تغذیه‌ای
۳۳	 مایعات مورد نیاز براساس وزن بدن
۳۴	 بیماری‌های قلبی عروقی (CVD)
۳۹	 انفارکتوس میوکارد
۳۹	 نارسائی احتقانی قلب (CHF)
۴۱	 آنژین صدری
۴۱	 ایسکمی قلبی

۴۴	پرفشاری خون
۴۶	سندرم متابولیک
۴۷	مخفف‌های رایج قلبی
۴۸	دیابت
۴۹	درمان تغذیه ای دارویی (MNT)
۵۰	محاسبه کربوهیدرات
۵۱	محاسبه نسبت انسولین به کربوهیدرات
۵۳	قند خون ناشتا، خون و چربی هدف برای بالغین دیابتی
۵۶	فشار خون و چربیها در بیماران دیابتی
۵۶	عوارض حاد دیابت
۵۶	۱. افت قند خون
۵۸	۲. کتواسیدوز دیابتی و هیپرگلیسمی هیپراسمولار
۵۹	مخفف‌های رایج در ارتباط با دیابت
۵۹	بیماری دستگاه گوارش (GI)
۶۰	بیماری‌های قسمت فوقانی دستگاه گوارش (UGI)
۶۰	رفلکس معدی - مری
۶۲	بیماری زخم معده
۶۴	سندرم دامپینگ
۶۵	توصیه‌های تغذیه‌ای در التهاب معده
۶۶	بیماریهای قسمت تحتانی دستگاه گوارش (LGI)
۶۶	بیماریهای دیورتیکولار
۶۶	دیورتیکولوز و دیورتیکولیت
۶۷	سندرم روده تحریک پذیر (IBS)
۶۹	بیماریهای التهابی روده (IBD)
۷۲	کولیت اولستراتیو (UC)
۷۴	بیماری سیلیاک
۷۶	جراحی روده

۷۶.....	سندرم روده کوتاه
۸۰.....	سندرم روده کوتاه شده
۸۲.....	بیماریهای کبدی و لوزالمعده
۸۲.....	هیپاتیت
۸۳.....	کبد چرب (استئاتوز کبدی)
۸۴.....	سیروز کبدی
۸۵.....	آنسفالوپاتی کبدی
۸۵.....	آسیت
۸۶.....	بیماری پانکراس
۸۶.....	پانکراتیت حاد
۸۹.....	نارسایی مزمن کبد (CRF)
۸۹.....	نارسایی مزمن کلیوی (بدمیدانی)
۹۱.....	نارسایی مزمن کلیوی با دیالیز همولیز
۹۴.....	مخفف‌های رایج کلیوی
۹۴.....	بیماری‌های تنفسی
۹۴.....	بیماری انسدادی مزمن تنفسی (COPD)
۹۶.....	فیروز کیستیک (CF)
۹۷.....	مخفف‌های تنفسی رایج
۹۹.....	مقادیر آزمایشگاهی برای ارزیابی وضعیت تغذیه
۹۹.....	گازهای خون سرخرگی (ABG)
۹۹.....	کاربرد بالینی PH
۱۰۰.....	مقدار کاهش یافته PH (اسیدوز) در
۱۰۰.....	کاربرد بالینی P_{CO_2}
۱۰۰.....	کاربرد بالینی HCO_3
۱۰۰.....	کاربرد بالینی PO_2
۱۰۱.....	نیتروژن اوره خون (BUN)
۱۰۲.....	کلراید (CL)

۱۰۳	کلسترول
۱۰۳	کراتینین سرم
۱۰۴	اریتروپوئیتین (EPO)
۱۰۴	اسید فولیک
۱۰۵	قند خون ناشتا (FBS)
۱۰۵	گلوکز - ۲ ساعت بعد از غذا (۲-HouR PPG)
۱۰۶	تست تحمل گلوکز (OGTT)
۱۰۷	هموگلوبین گلیکوزیله (GHb) یا هموگلوبین A1C
۱۰۷	هماتوکریت (HCT)
۱۰۸	هموگلوبین (Hb, Hgb)
۱۰۸	هموسیتین (HCT)
۱۰۹	منیزیم (Mg)
۱۰۹	اسمولالیتیه سرم
۱۱۰	فسفات (po ₄) یا فسفر
۱۱۰	پتاسیم (K)
۱۱۱	پروآلبومین یا تیره تین، ترانس تیره تین، پروترومین، اندشونده باتیروکسین
۱۱۱	زمان پروترومین (PT)
۱۱۲	مقدار گلبولهای قرمز (RBC)
۱۱۲	سدیم (Na)
۱۱۳	TIBC (کل ظرفیت باند شونده با آهن)
۱۱۳	درصد اشباع ترانسفرین
۱۱۴	ویتامین B _{۱۲} (سیانوکوبالامین)
۱۱۴	کل گلبولهای سفید خون (WBC)

مقدمه

در سالهای اخیر نقش تغذیه در حفظ سلامت انسان در دورانهای مختلف زندگی و همچنین در پیشگیری از بیماریها و درمان آنها بیش از پیش مورد توجه قرار گرفته است. علم تغذیه رژیم غذایی در سراسر جهان با سرعت چشمگیر و روز افزونی در حال پیشرفت می باشد. تغذیه ایست که درمان هر بیماری و به ویژه بیماریهای مزمن مستلزم نظارت گروه مراقبت و ویژه شغل پزشک، پرستار، داروشناس و متخصص رژیم درمانی می باشد. در تمام کشورهای پیشرفته همان لزوم رژیم های غذایی در پیشگیری و درمان بیماریها به خوبی احساس شده است. ما متأسفانه در کشور ما به رغم پیشرفت های چشمگیر در علوم پزشکی لزوم مشارکت متخصص تغذیه و رژیم درمانی به خوبی تبیین نشده است که البته کارشناسان تغذیه هم خود بهر تقصیر نبوده اند زیرا اعتماد به نفس کافی را در این زمینه را کسب ننموده اند در حالی که رژیم های غذایی به گواهی معتبرترین منابع علمی پزشکی می تواند به عنوان یک عامل موثر در کنار درمان دارویی و بالینی جلوه نماید. هدف از تهیه این مجموعه کمک به پزشکان، پرستاران و به خصوص کارشناسان تغذیه است تا بتوانند به آسانی رژیم مورد نظر خود را جستجو کنند و برای خدمت به بیماران به کار برند. در تهیه این کتاب از دو منبع بسیار معتبر در رژیم درمانی استفاده شده است امید است که مورد توجه علاقمندان به رژیم درمانی قرار بگیرد.