

2010年内科护理：脑血管病人的饮食治疗原则护士资格考试
PDF转换可能丢失图片或格式，建议阅读原文

https://www.100test.com/kao_ti2020/0/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E5_86_85_c21_336.htm

脑血管病人多伴有高血压、高脂血症以及肥胖等，因此合理的饮食对于病情的稳定和恢复是一项重要的措施。

- 1.适当控制饮食的总热量。脑血管病人一般体型肥胖的较多，再加上活动量少，因此饮食要有节制，每餐饭菜量不宜吃得过多过饱，以八九成饱为宜，保持热量摄入平衡。
- 2.限制脂肪和胆固醇的摄入：脑血管病患者多数血脂偏高，对脂肪的摄入尤其是饱和脂肪的摄入严格限制，如肥肉、动物油脂、内脏、奶油黄油以及含胆固醇高的食品不用为好，以免加重病情。在使用植物油时也要注意全日的使用量不宜过多。食物易清淡便于胃肠消化。来源：考试大的美女编辑们
- 3.食物要多样化：注意荤素搭配、粗细混吃。蛋白质的补充既要不过多吃肉蛋又要注意补充奶类、豆制品类蛋白质，以增强病人抵抗力。来源：考试大的美女编辑们
- 4.少吃甜食控制糖类的摄入：对白糖糕点、巧克力一类糖要适量控制。多吃糖会使糖转化为脂肪造成肥胖使血脂升高，加重病情。
- 5.多吃蔬菜水果：蔬菜水果含有丰富的维生素，特别是维生素C、胡萝卜素和矿物质钙、磷、钾、镁等以较多的膳食纤维，这些都对改善脑血管病起到良好作用。
- 6.戒酒：酒精对血管起扩张作用使血流加快，脑血量增加。酒后容易出现急性脑溢血发作。更多信息请访问：百考试题护士网校 护士论坛 护士在线题库 百考试题执业护士加入收藏相关推荐：2010年内科护理：脑血管病的血管介入治疗 2010年内科护理：脑血管病的诊断包括哪些内容 100Test 下载频道开通，

各类考试题目直接下载。详细请访问 www.100test.com