

2010年医师内科辅导：艾滋病患健康饮食原则临床执业医师
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_ti2020/648/2021_2022_2010_E5_B9_B4_E5_8C_BB_c22_648856.htm 艾滋病病毒感染者和患者在进行药物治疗的同时，还应积极进行营养支持。营养支持的主要目的是促进体内蛋白质合成，为人体免疫功能的恢复提供必要的营养，贮存能量，维持人体器官功能。从某种意义上说，营养支持对改善艾滋病感染者和患者的生活质量起着辅助药物治疗的作用。以高蛋白质和高热量饮食为主通常，艾滋病病毒感染者和患者会因体质改变而出现蛋白质消耗增加、小肠吸收能力减退、体重减轻等现象。此外，服用药物还会影响患者造血功能。针对这些特点，患者和感染者的饮食应以高蛋白质及较高热量的食物为主，并遵循“多样、少量、均衡”的饮食原则。有益的高蛋白质食物有：鱼虾类，如海水鱼、虾、墨鱼、贝、蟹等；家禽类，如鸡肉、鸽肉、兔肉；牛奶及乳制品，如优质奶酪；蛋类，如鸡蛋、鸭蛋；豆类，如豆腐、豆浆或其他豆制品；其他肉类。高蛋白质饮食会增加肾脏的负担，如果身体不适，请与医生和营养师取得联系，以便对饮食作适当调整。 www.Examda.CoM 注意补充维生素和矿物质应多吃新鲜的水果和蔬菜，特别是富含胡萝卜素（如菠菜、芥蓝、番薯、南瓜、胡萝卜）、维生素C（如青椒、橘子、绿菜花、菠菜）、维生素E（如榛子、松子、开心果、大杏仁）及含锌（如牡蛎、贝类、谷类）的食物。应尽量少吃高脂肪的食物，少吃甜食。具有特殊作用的食物目前，还没有确切的证据表明食物能预防或降低HIV的感染，但有些食物可以增强患者的免疫力，减少并发症。科学家

在试验中发现，维生素C与谷胱甘肽能抑制HIV，其中谷胱甘肽对病毒的抑制率高达90%，而感染者体内的谷胱甘肽含量相对较低，这表明谷胱甘肽可能有助于抑制病毒复制。谷胱甘肽存在于许多食物中，其中芦笋和西瓜中的含量较高，新鲜的葡萄、橘子、草莓、桃子、南瓜、绿菜花等也含有谷胱甘肽。需要指出的是，罐装及加工食品里谷胱甘肽的含量只有新鲜食品的1 / 8.此外，若将上述食品加热、磨碎或榨汁，也会损失部分谷胱甘肽。香菇也可增强免疫功能。日本的试验结果显示，香菇具有一定的抗HIV的效果。来源：考试大注意饮食卫生由于艾滋病病毒感染者和患者的免疫功能较差，平时应格外注意饮食卫生。不吃不洁净的生食或半生不熟的食物，进食前一定要洗手，注意用餐时的环境卫生。一旦发生腹泻，应该多喝饮料，如水和不含柠檬酸的果汁，以补充水分，不要饮用含咖啡因的饮料（如咖啡、可乐）和奶制品的饮料。在腹泻痊愈之前，千万不要进食油炸食品和新鲜的水果。更多信息请访问：百考试题医师网校 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