

2010年医师内科辅导：艾滋病营养及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_648859.htm

人体感染艾滋病病毒（HIV）后，由于多种原因可造成身体营养缺乏，绝大多数人会因此出现体重降低，这是营养状况损害出现的第一症状，80%以上的AIDS病人还会出现极度消瘦。而营养缺乏反过来又会加快艾滋病的病程和发展，能量、蛋白质、微量营养素缺乏可以使身体的免疫功能进一步恶化，并影响其他生理功能，降低病人的生活质量和进行日常活动的的能力。同时，营养状况也是确定艾滋病病人生存时间长短的一个重要因素，营养良好就可延长病人的生存时间。另外，足够的蛋白质储备和充足的微量营养素对许多治疗药物的疗效好坏也是十分必要的。所有人都能从充足的营养中获益。来源：考试大 艾滋病病毒感染者及病人的饮食原则：（1）高能量、高蛋白饮食 艾滋病感染者和病人由于食欲下降、吸收功能降低造成能量摄入不足，同时，由于机体代谢率升高，使得能量不平衡，所以在饮食上应当以高蛋白和高能量的食物为主。（2）多吃新鲜蔬菜和水果 艾滋病感染者和病人日常最好多吃新鲜的蔬菜和水果，以增强对疾病的抵抗能力。特别应多吃一些富含维生素A、胡萝卜素和维生素C的新鲜蔬菜和水果以及含维生素E的食物。（3）少量多餐、定时进餐 一次进食量过多容易引起消化不良，损伤脾胃，对病情不利；进食过少又会造成营养素摄入不足，营养更加匮乏。所以，艾滋病感染者和病人应少食多餐，一般以一日五、六餐为宜。（4）食物多样化 每一顿饭，尽量多吃几种食物，要学会计划一个包含五类

食物的饮食。百考试题(100test.com) (5) 避免食用酸、辣等刺激性食物。(6) 注意饮食卫生。(7) 不吸烟、不饮酒。
<http://ks.100test.com> (8) 进行适量的体育锻炼。(9) 保持良好的情绪。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