

K

N

# โภชนบำบัด

## สุนีย์ สหสโพธิ์

N

2 1 3

E

B2

A



โภชนบำบัด / สุนีย์ สหสโพธิ์

WB400 ส821ก 2565 ฐ.1



Barcode \*10054570\*

ห้องสมุดวิทยาลัยพยาบาลบรมราชชนนี สุรินทร์



# สารบัญ

## คำนำ สารบัญ

บทที่ 1	ความรู้เบื้องต้นเกี่ยวกับโภชนบำบัด	1
	ความหมายของโภชนบำบัด	1
	อาชีพที่เกี่ยวข้องกับโภชนบำบัด	2
	บทบาทนักกำหนดอาหารในต่างประเทศ	3
	การจัดแบ่งระดับชั้นของนักกำหนดอาหาร	4
	คุณสมบัติของนักกำหนดอาหารตามระดับชั้น	4
	คุณสมบัตินักกำหนดอาหารวิชาชีพ	4
	คุณสมบัตินักกำหนดอาหารวิชาชีพชั้นสูง	5
	คุณสมบัตินักกำหนดอาหารวิชาชีพเฉพาะทาง	5
	ความสำคัญของอาหารบำบัดโรค	6
	ประโยชน์ของอาหารบำบัดโรคทางการแพทย์	6
	บุคลากรที่เกี่ยวข้องกับโภชนบำบัด	8
	เอกสารอ้างอิง	9
บทที่ 2	อาหารสำหรับผู้ป่วยในโรงพยาบาล	11
	ประเภทผู้ป่วยในโรงพยาบาล	11
	วิธีการให้อาหารผู้ป่วย	11
	อาหารทั่วไปในโรงพยาบาล	15
	อาหารธรรมดา	15
	อาหารธรรมดาอย่างง่ายหรืออาหารเบา	16
	อาหารอ่อน	17
	อาหารน้ำ	19
	อาหารทางสายให้อาหาร	21
	การพิจารณาผู้ป่วยที่จะให้อาหารทางสายให้อาหาร	21
	ข้อห้ามใช้อาหารทางสายให้อาหาร	22
	วิธีการให้อาหารทางสายให้อาหาร	22

	ลักษณะที่ดีของสูตรอาหารที่ให้ทางสายให้อาหาร	24
	ประเภทของอาหารทางสายให้อาหาร	25
	วิธีการทำอาหารทางสายให้อาหาร สูตรอาหารปั่นผสม	27
	ข้อควรระวังในการเตรียมอาหารทางสายให้อาหาร	30
	ข้อควรปฏิบัติในระหว่างการให้อาหารทางสายให้อาหาร	31
	ภาวะแทรกซ้อนที่อาจเกิดขึ้นจากการได้รับอาหารทางสายให้อาหาร	32
	อาหารเฉพาะโรค	33
	ประเภทของอาหารเฉพาะโรค	33
	หลักเกณฑ์การจัดอาหารเฉพาะโรค	35
	เอกสารอ้างอิง	36
<b>บทที่ 3</b>	<b>การคำนวณอาหารโดยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยนตามใบสั่งแพทย์</b>	<b>37</b>
	อาหารหลัก 5 หมู่	37
	สารอาหาร	38
	รายการอาหารแลกเปลี่ยน	39
	ประเภทของรายการอาหารแลกเปลี่ยน	40
	รายการอาหารแลกเปลี่ยนของไทย	40
	รายละเอียดของอาหารในรายการอาหารแลกเปลี่ยน	42
	หลักในการคำนวณอาหารโดยใช้รายการอาหารแลกเปลี่ยนของไทย	50
	เอกสารอ้างอิง	58
<b>บทที่ 4</b>	<b>ภาวะน้ำหนักร่างกายเกินและโรคอ้วน</b>	<b>59</b>
	ความหมายของภาวะน้ำหนักร่างกายเกินและโรคอ้วน	59
	การวินิจฉัยภาวะน้ำหนักร่างกายเกินและโรคอ้วน	60
	ประเภทของโรคอ้วน	65
	สาเหตุของโรคอ้วน	65
	ภาวะแทรกซ้อนของโรคอ้วน	67
	การรักษาโรคอ้วน	69
	หลักปฏิบัติสำหรับผู้ป่วยที่ต้องการลดน้ำหนัก	77
	เอกสารอ้างอิง	78

<b>บทที่ 5</b>	<b>โรคเบาหวาน</b>	<b>79</b>
	ความหมายของโรคเบาหวาน	79
	ฮอร์โมนอินซูลิน	79
	สาเหตุของโรคเบาหวาน	81
	อาการของโรคเบาหวาน	82
	การวินิจฉัยโรคเบาหวาน	83
	ประเภทของโรคเบาหวาน	84
	ภาวะแทรกซ้อนจากโรคเบาหวาน	87
	การรักษาโรคเบาหวาน	90
	การควบคุมอาหารสำหรับผู้ป่วยที่เป็นโรคเบาหวาน	93
	การคำนวณอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคเบาหวาน	99
	อาหารสำหรับผู้ป่วยเบาหวาน	105
	การนับคาร์โบไฮเดรตสำหรับผู้เป็นเบาหวาน	106
	หน่วยในการนับคาร์โบไฮเดรต	106
	อาหารที่มีคาร์โบไฮเดรตชนิดอื่น ๆ	110
	การคิดคำนวณปริมาณหน่วยคาร์โบไฮเดรต	112
	การแบ่งจำนวนหน่วยคาร์โบไฮเดรต	113
	เอกสารอ้างอิง	115
<b>บทที่ 6</b>	<b>โรคตับ</b>	<b>117</b>
	หน้าที่ของตับ	117
	โรคตับอักเสบ	118
	สาเหตุโรคตับอักเสบจากเชื้อไวรัส	118
	อาการของโรคตับอักเสบ	118
	การวินิจฉัยโรคตับอักเสบ	119
	ประเภทของโรคตับอักเสบที่เกิดจากเชื้อไวรัส	119
	การรักษาโรคตับอักเสบ	124
	อาหารบำบัดโรคตับอักเสบ	124
	โรคตับแข็ง	129
	สาเหตุของโรคตับแข็ง	131
	อาการของโรคตับแข็ง	132
	การวินิจฉัยโรคตับแข็ง	132

	อาหารบำบัดโรคตับแข็ง	133
	โรคสมองเสื่อมหรือภาวะหมดสติเนื่องจากตับ	135
	สาเหตุของโรคสมองเสื่อมหรือภาวะหมดสติเนื่องจากตับ	135
	อาการของโรคสมองเสื่อมหรือภาวะหมดสติเนื่องจากตับ	135
	อาหารบำบัดโรคสมองเสื่อมหรือภาวะหมดสติเนื่องจากตับ	135
	เอกสารอ้างอิง	137
<b>บทที่ 7</b>	<b>ภาวะไขมันสูงในเลือด</b>	<b>139</b>
	หน้าที่ของไขมันในเลือด	139
	ประเภทของไขมันในเลือด	140
	ภาวะลิโปโปรตีนสูงในเลือด	141
	การวินิจฉัยภาวะไขมันสูงในเลือด	142
	สาเหตุของลิโปโปรตีนสูงในเลือด	142
	ภาวะคอเลสเตอรอลสูงในเลือด	143
	สาเหตุของภาวะคอเลสเตอรอล หรือ LDL สูงในเลือด	146
	การวินิจฉัยภาวะคอเลสเตอรอลสูงในเลือด	146
	ภาวะไตรกลีเซอไรด์สูงในเลือด	147
	หน้าที่ของไตรกลีเซอไรด์ในร่างกาย	148
	สาเหตุของภาวะไตรกลีเซอไรด์สูงในเลือด	149
	การวินิจฉัยภาวะไตรกลีเซอไรด์สูงในเลือด	149
	การป้องกันและบำบัดภาวะไขมันสูงในเลือด	149
	ไขมันในอาหาร	151
	เอกสารอ้างอิง	156
<b>บทที่ 8</b>	<b>โรคหลอดเลือดแดงแข็งและโรคหัวใจขาดเลือด</b>	<b>157</b>
	โครงสร้างและหน้าที่ของหลอดเลือดแดง	157
	ภาวะหลอดเลือดแดงแข็งตัว	158
	โรคหัวใจขาดเลือด	159
	การวินิจฉัยโรคหัวใจขาดเลือด	159
	ปัจจัยเสี่ยงต่อการเป็นหลอดเลือดแดงแข็งและโรคหัวใจขาดเลือด	160
	การป้องกันโรคหลอดเลือดแดงแข็งและโรคหัวใจขาดเลือด	165
	อาหารกับการป้องกันโรคหัวใจขาดเลือด	166

	รายการอาหารแลกเปลี่ยนสำหรับผู้ป่วยหัวใจขาดเลือด	169
	การคำนวณและกำหนดอาหารผู้ป่วยหัวใจขาดเลือด	177
	การปฏิบัติตัวเกี่ยวกับการกินอาหารสำหรับผู้ป่วยโรคหลอดเลือดแดงแข็ง และโรคหัวใจขาดเลือด	182
	เอกสารอ้างอิง	184
<b>บทที่ 9</b>	<b>โรคไต</b>	<b>187</b>
	โครงสร้างของไต	187
	หน้าที่ของไต	189
	อาการของโรคไต	191
	การวินิจฉัยโรคไต	193
	ประเภทของโรคไต	193
	การรักษาโรคไต	198
	อาหารสำหรับผู้ป่วยโรคไต	201
	อาหารจำกัดโปรตีน	202
	อาหารเพิ่มโปรตีน	203
	อาหารจำกัดโซเดียม	203
	อาหารเพิ่มโซเดียม	206
	อาหารจำกัดโพแทสเซียม	206
	อาหารเพิ่มโพแทสเซียม	207
	แหล่งที่ให้โซเดียม	207
	หลักการจัดอาหารผู้ป่วยโรคไต	210
	รายการอาหารแลกเปลี่ยนสำหรับโรคไต	211
	การคำนวณและกำหนดรายการอาหารผู้ป่วยโรคไต	216
	เอกสารอ้างอิง	222
<b>บทที่ 10</b>	<b>โรคเกาต์</b>	<b>225</b>
	สาเหตุของโรคเกาต์	225
	การดำเนินของโรคเกาต์	228
	อาการโรคเกาต์	230
	อาการแทรกซ้อน	230
	การวินิจฉัยโรคเกาต์	230

การรักษาโรคเกาต์	230
อาหารบำบัดโรคเกาต์	231
การกำหนดสารอาหารในอาหารผู้ป่วยโรคเกาต์	232
การแบ่งกลุ่มอาหารพิวรีน	233
การจัดอาหาร	234
เอกสารอ้างอิง	236
ดัชนี	237
ประวัติผู้เขียน	242