

Nhiều người vẫn nghĩ khi mắc bệnh lao chỉ cần uống thuốc đúng chỉ định sẽ phục hồi bệnh, thuốc sẽ giúp tiêu diệt vi khuẩn. Muốn nhanh hồi phục phải kết hợp với chế độ ăn uống điều độ, dinh dưỡng đúng thời gian nghỉ ngơi hợp lý.

Người có hệ miễn dịch kém, tiêu đường, bệnh phổi, bệnh nhân đang dùng thuốc steroids, thuốc chẹn thụ thể, xạ trị... tuổi già, nghiện rượu hay ma túy, suy dinh dưỡng, thiếu sắt, suy gan hay làm việc nặng nề đồng nghĩa, không thoát... sẽ dễ mắc lao.

Sốt là triệu chứng hay gặp ở người lao phổi. Sốt có thể là triệu chứng: sốt cao, sốt thất thường nhẹ hay gặp nhất là sốt nhẹ hay gai lạnh về chiều, giảm, sút cân, ra mồ hôi trộm, chán ăn, mất ngủ... ho, khạc đờm hoặc ho ra máu. Ho ra máu là triệu chứng có thể gặp ở 60% bệnh nhân lao phổi. Các triệu chứng khác là: đau ngực, khó thở, có tiếng rên khu trú ở một vùng của phổi...

Nguyên tắc dinh dưỡng

Sức đề kháng và khả năng miễn dịch của người bị bệnh lao thường rất yếu. Hơn nữa, người bị bệnh lao dễ bị chán ăn, giảm hấp thu chất dinh dưỡng (kể cả các vitamin). Quá trình chuyển hóa cũng bị thay đổi theo chiều hướng tăng tiêu hao năng lượng và các chất dinh dưỡng dần mất cân và thiếu hụt. Do đó, cần tiến hành tình trạng dinh dưỡng của bệnh nhân sẽ làm tăng hiệu quả điều trị bệnh lao, giúp bệnh nhân nhanh chóng hồi phục.

Đối với người bị bệnh lao thì năng lượng nạp vào tùy theo thể trạng. Nếu giảm phải ăn nhiều để đạt chỉ số BMI (chỉ số khối cơ thể) trên 18,5. Nếu thể trạng bình thường thì năng lượng nạp vào không thay đổi. Điều quan trọng trong chế độ dinh dưỡng của bệnh là phải đủ 4 nhóm thực phẩm: đường, đạm, dầu mỡ vitamin và khoáng chất. Ngoài ra, cần ưu tiên lượng đường từ ngũ cốc chín để tốt cho gan thận để do tác động phá vỡ cấu trúc.

Bồ lao, ăn gì nhanh khỏe

Viết bởi Biên tập viên

Thứ năm, 19 Tháng 10 2017 16:55 -

