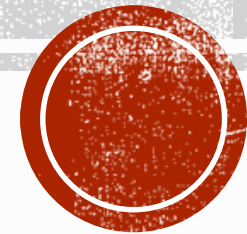


رژیم درمانی ۱



سیده الهه شریعتی



رژیم های بیمارستانی



رژیم مایع صاف (Clear Liquid Diet)

رژیم مایع صاف

تعریف کلی

- رژیم مایع صاف شامل آن دسته از مواد غذایی است که در دمای اتاق به صورت مایع صاف و شفاف هستند و در دستگاه گوارش حداقل باقی مانده را ایجاد می کنند.



رژیم مایع صاف ...

هدف‌ها

- تأمین مایعات و الکترولیت‌ها به منظور جلوگیری از کم‌آبی بدن
- به حداقل رساندن عمل هضم و تحریک دستگاه گوارش



رژیم مایع صاف ...

موارد کاربرد

- در مرحله اول انتقال رژیم غذایی از تغذیه وریدی به تغذیه از راه دهان
- اولین رژیم غذایی پس از جراحی
- جهت آماده سازی روده برای برخی از آزمایش ها مانند کولونوسکوپی یا انواع جراحی
- در برخی اختلالات دستگاه گوارش مانند التهاب معده یا پانکراس



رژیم مایع صاف ...

کفایت تغذیه ای

- این رژیم به طور متوسط تأمین کننده ۹۰۰-۶۰۰ کیلوکالری انرژی، ۱۰-۵ گرم پروتئین، ۱۳۰-۱۲۰ گرم کربوهیدرات و مقادیر بسیار کمی چربی فراهم می سازد.
- این رژیم از لحاظ انرژی و مواد مغذی محدود است و فقط می تواند مایعات، مقدار کمی کالری و الکترولیت را تأمین کند.
- استفاده از این رژیم بیش از ۲ روز به عنوان تنها منبع غذایی می تواند خطر بروز کمبود مواد مغذی را افزایش دهد.



رژیم مایه صاف ...

مشخصات رژیم غذایی

گروه غذایی	مواد غذایی مجاز	مواد غذایی غیر مجاز
سوپها	سوپ صاف شده گوشت یا مرغ بدون چربی	سایر سوپها (خامه دار)
دسرها	ژله ساده، بستنی یخی	بستنی، کرم کارامل و سایر دسرها
شیرینی ها	شکر، قند، آب نبات ساده، عسل	سایر شیرینی ها
نوشیدنی ها	چای و قهوه با یا بدون کافئین، آبمیوه صاف شده، نوشیدنی های تجاری با طعم میوه، نوشابه گازدار	آبمیوه صاف نشده، آب آلو، آب گوجه فرنگی و آب سایر سبزی ها شیر و نوشیدنی های تهیه شده از شیر
سایر موارد	نمک، مکمل های غذایی تجاری بدون باقی مانده و لاکتوز	فلفل و سایر ادویه ها



رژیم مایه صاف ...

میزان کالری ترکیبات موجود در رژیم غذایی

گروه غذایی	مواد غذایی مجاز	مقدار	میزان کالری
سوپها	آب و سوپ صاف شده گوشت یا مرغ بدون چربی	نصف لیوان	۲۰ کیلوکالری
دسرها	ژله ساده	نصف لیوان	۶۰ کیلوکالری
	بستنی یخی یا یخ در بهشت	۱ عدد یا نصف لیوان	۶۰ کیلوکالری
شیرینی ها	شکر، قند، عسل، مربا	۱ ق غ	۶۰ کیلوکالری
	آب نبات ساده	۱ عدد	۲۰ کیلوکالری
نوشیدنی ها	نوشابه های گازدار، شربت آبلیمو، نوشابه با طعم میوه ای و ...	یک لیوان	۱۲۰ کیلوکالری
	آبمیوه صاف شده	نصف لیوان	۶۰ کیلوکالری



رژیم مایع صاف ...

چند تذکر مهم

- از این رژیم نمی توان به مدت طولانی استفاده نمود.
- در صورت نیاز به استفاده طولانی مدت، باید از مکمل های غذایی تجاری بدون فیبر یا تغذیه وریدی استفاده نمود.
- مصرف آبمیوه صاف شده، به خصوص آب مرکبات برای تأمین ویتامین C و پتاسیم (در صورت تحمل بیمار) توصیه می شود.



رژیم مایع صاف ...

چند تذکر مهم

- آب صاف شده گوشت بدون چربی می تواند مقداری از سدیم مورد نیاز بدن را تأمین نماید.
- ژلاتین و نوشابه های گازدار منابع خوبی برای تأمین آب و انرژی هستند، اما از نظر الکترولیت ها غنی نیستند.
- بنابراین، در اسهال و استفراغ بایستی از منابع دیگری استفاده شود.

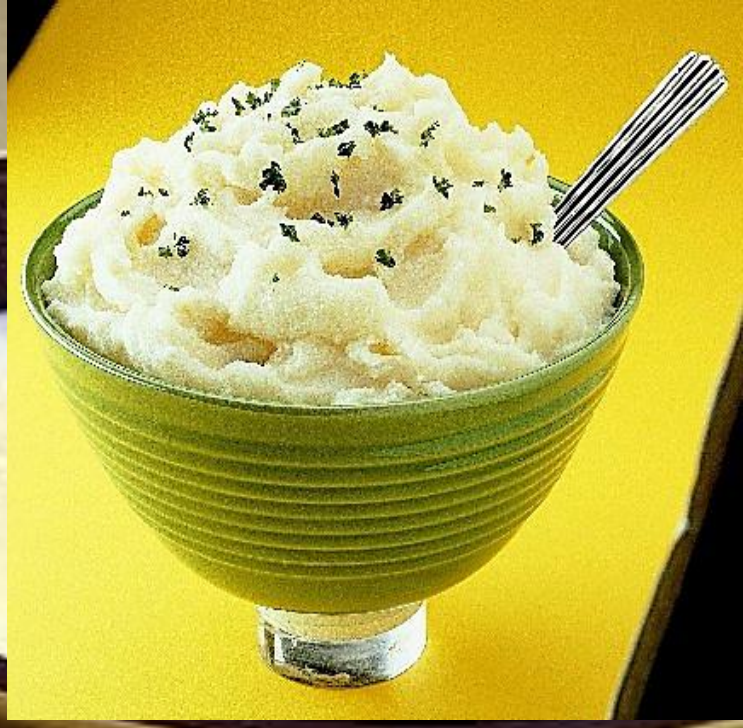


رژیم مایع صاف ...

چند تذکر مهم

- پس از عمل جراحی معده یا انفارکتوس میوکارد، مصرف نوشیدنی های کافئین دار مثل قهوه، چای و کولا توصیه نمی شود. زیرا باعث تحریک ترشح اسید معده و افزایش ضربان قلب می شوند.
- در بیماران مبتلا به بیماری دیابت، نارسایی کلیوی یا اختلالات مشابه، تغییر در رژیم مایع صاف باید بر حسب نوع بیماری صورت گیرد.





رژیم مایع کامل (Full Liquid Diet)

رژیم مایع کامل

تعریف کلی

▪ رژیم مایع کامل شامل آن دسته از مواد غذایی است که در دمای اتاق به صورت مایع شفاف و کدر هستند.

هدف ها

▪ تغذیه از راه دهان در مواردی که بیمار قادر به جویدن، بلع یا تحمل مواد غذایی جامد نیست.



رژیم مایع کامل ...

موارد کاربرد

- در مرحله اول انتقال از رژیم مایع صاف به رژیم جامد
- پس از جراحی دهان و صورت
- برخی شرایط تنگی مری یا گرفتگی در دستگاه گوارش
- التهاب خفیف دستگاه گوارش



رژیم مایه کامل ...

کفایت تغذیه ای

- این رژیم به طور متوسط تأمین کننده ۱۵۰۰ - ۱۰۰۰ کیلوکالری انرژی، ۵۰-۴۵ گرم پروتئین، ۱۷۰-۱۵۰ گرم کربوهیدرات و ۶۵-۵۰ گرم چربی فراهم می سازد.
- اگر این رژیم به خوبی تنظیم و توسط بیمار مصرف شود، می تواند تمام مواد مغذی مورد نیاز به جز فیبر را تأمین می کند.
- در صورت ادامه رژیم به مدت طولانی، استفاده از مکمل های ویتامین و املاح می تواند کیفیت آن را بهبود بخشد.



رژیم مایه کامل ...

مشخصات رژیم غذایی

گروه غذایی	مواد غذایی مجاز	مواد غذایی غیر مجاز
نان و غلات	غلات بدون سبوس پخته و صاف شده، مانند شیر برنج، پوره سیب زمینی مخلوط و رقیق شده در سوپ	سایر انواع نان و غلات
سبزی ها و میوه ها	آب یا پوره انواع سبزی ها به صورت مخلوط در سوپ ها، انواع آبمیوه یا آب کمپوت، پوره میوه های پخته، مخلوط و رقیق شده در آبمیوه	سبزی و میوه خام با پوست، هسته، انواع پخته ولی صاف نشده، فلفل، پیاز، سیر، میوه های خشک
شیر و فرآورده های آن	شیر، ماست ساده و نوشیدنی تهیه شده در شیر	ماست و انواع نوشیدنی های حاوی دانه های مغزدار و میوه
سوپها	سوپ غلیظ گوشت، جوجه یا سبزی له شده و صاف شده	سوپ هایی که محتویات آن ها صاف نشده اند



رژیم مایه کامل ...

مشخصات رژیم غذایی

گروه غذایی	مواد غذایی مجاز	مواد غذایی غیر مجاز
نوشیدنی ها	چای و قهوه با یا بدون کافئین، آبمیوه صاف شده، نوشیدنی های تجاری با طعم میوه، نوشابه گازدار	سایر نوشیدنی ها
دسر ها	ژله ساده، بستنی ساده یا یخی، شله زرد، فرنی و خامه	دسر های حاوی مواد جامد مثل انواع مغزها یا میوه
چربی ها	کره، مارگارین، روغن های نباتی مایع، خامه	---
سایر موارد	شکر، عسل، آب نبات، تخم مرغ عسلی، نمک و طعم دهنده ها	تخم مرغ خام، ذرت بوداده



رژیم مایه کامل ...

میزان کالری ترکیبات موجود در رژیم غذایی

گروه غذایی	مواد غذایی مجاز	مقدار	میزان کالری
نان و غلات	غلات بدون سبوس پخته و صاف شده، مانند برنج، پوره سیب زمینی مخلوط و رقیق شده در سوپ	نصف لیوان	۸۰ کیلوکالری
سبزی ها	آب انواع سبزی ها به صورت مخلوط در سوپ ها	نصف لیوان	۲۵ کیلوکالری
میوه ها	انواع آبمیوه یا آب کمپوت، پوره میوه های پخته، مخلوط و رقیق شده در آبمیوه	نصف لیوان	۶۰ کیلوکالری
شیر و فرآورده های آن	شیر، ماست ساده و نوشیدنی تهیه شده در شیر (کم چرب)	یک لیوان	۱۲۰ کیلوکالری
سوپها	سوپ غلیظ گوشت، جوجه یا سبزی له شده و صاف شده	یک لیوان	۸۰ کیلوکالری (بر حسب محتویات سوپ)



رژیم مایه کامل ...

چند تذکر مهم

- سوپ سبزی با گوشت یا مرغ (۱ لیوان) تقریباً حاوی ۱ واحد سبزی و ۱ واحد گوشت کم چرب، تأمین کننده ۸۰ کیلوکالری انرژی است.
- سوپ خامه (۱ لیوان) تقریباً حاوی یک واحد کربوهیدرات و ۱ واحد چربی، تأمین کننده ۱۲۵ کیلوکالری انرژی است.



رژیم مایه کامل ...

میزان کالری ترکیبات موجود در رژیم غذایی

میزان کالری	مقدار	مواد غذایی مجاز	گروه غذایی
۱۲۰ کیلوکالری	یک لیوان	نوشابه های گازدار، شربت آبلیمو، نوشابه با طعم میوه ای و ...	نوشیدنی ها
۶۰ کیلوکالری	نصف لیوان	آبمیوه صاف شده	
۶۰ کیلوکالری	نصف لیوان	ژله ساده	دسر ها
۶۰ کیلوکالری	نصف لیوان	بستنی ساده یا یخی، شله زرد، فرنی	
۴۵ کیلوکالری	۱ ق م	کره، مارگارین، روغن های نباتی مایع	چربی ها
۴۵ کیلوکالری	۲ ق غ	خامه	
۲۰ کیلوکالری	۱ ق م	شکر، عسل، مربا، قند	سایر موارد
۲۰ کیلوکالری	۱ عدد	آب نبات	
۷۵ کیلوکالری	۱ عدد	تخم مرغ عسلی	



رژیم مایه کامل ...

چند تذکر مهم

- وعده های غذایی در حجم کمتر و تعداد دفعات بیشتر صرف شوند.
- برای افزایش انرژی رژیم می توان به مایعات گرم، کره یا مارگارین و به آبمیوه ها، پودر قند اضافه نمود.
- برای افزایش پروتئین غذا ها و به ویژه شیر می توان به آن شیر خشک بدون چربی افزود.
- از مصرف تخم مرغ خام به علت عفونت سالمونلایی پرهیز شود.



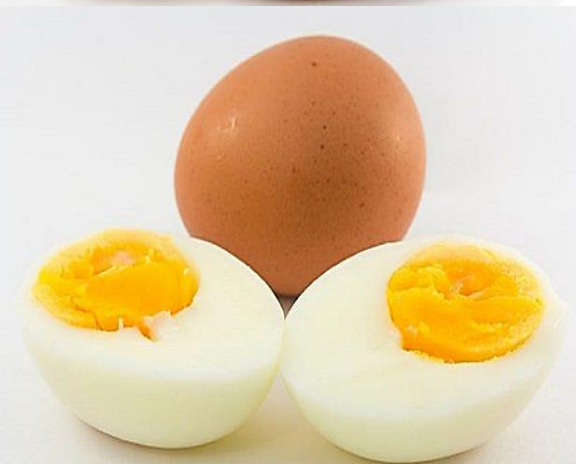
رژیم مایع کامل ...

چند تذکر مهم

■ در افراد مبتلا به هیپرکلسترولمی، در تجویز دراز مدت این رژیم توصیه می شود که از انواع شیرهای بدون چربی یا کم چربی به جای شیرهای پرچرب و چربی های غیر اشباع و روغن های مایع به جای روغن های جامد استفاده شود.

■ همچنین، مصرف تخم مرغ در این افراد حداکثر ۳ روز در هفته باید رعایت شود.





رژیم نرم (Soft Diet)

رژیم نرم

تعریف کلی

■ رژیم نرم شامل مواد غذایی نرم ولی جامد است که حاوی ادویه کم و فیبر محدود می باشد و به راحتی جویده می شود.



رژیم نرم ...

هدف‌ها

- تأمین غذاهایی که به آسانی جویده شوند.
- کاهش فیبر مصرفی در حدی که حداقل باقی مانده را در روده ایجاد کند.
- کاهش مصرف آن دسته از مواد غذایی که گاز و نفخ ایجاد می کنند.



رژیم نرم . . .

موارد کاربرد

- رژیم انتقالی از مایع به جامد در شرایطی که بیمار قادر به جویدن غذای معمولی نیست.
- بیماری دهان و دندان به ویژه نداشتن دندان، شکستگی فک و
- بیماران بسیار ضعیف و ناتوان
- اختلالات خفیف دستگاه گوارش
- برخی شرایط که بیمار حالت تهوع یا سوء هاضمه دارد.



رژیم نرم ...

کفایت تغذیه ای

▪ انرژی مورد نیاز برای بیمار، بر حسب شرایط وی و در نظر گرفتن میزان استرس بر اساس فرمول ذیل محاسبه می گردد:

ضریب استرس × انرژی مورد نیاز برای فعالیت × ۲۴ × ۱ یا ۰/۹۵ × وزن = TEE

▪ میزان ضریب استرس برای بیماران جراحی شده ۱/۵-۱/۲ در نظر گرفته می شود.



رژیم نرم ...

کفایت تغذیه ای

■ میزان پروتئین مورد نیاز ۲-۱/۵ گرم به ازای کیلوگرم وزن بدن بر حسب نوع و وسعت جراحی یا آسیب در نظر گرفته می شود.

ضرایب فعالیت بدنی	
۱-۱/۱	بیماران تحت حمایت ونتیلاتور (یا بیماران کاملاً محدود شده به بستر)
۱/۲	بیماران بستری
۱/۳	بیماران سرپایی



رژیم نرم . . .

مشخصات رژیم غذایی

گروه غذایی	مواد غذایی مجاز	مواد غذایی غیر مجاز
نان و غلات	نان سفید، برنج به صورت کته، ماکارونی، انواع رشته، سیب زمینی پخته	نان های خشک و برشته، نان های سبوس دار، سیب زمینی سرخ شده
گوشت و جانشین های آن	انواع گوشت نرم (گوشت قرمز، مرغ، ماهی)، پنیر نرم، تخم مرغ	انواع گوشت سفت و سرخ شده، حبوبات، سوسیس، پنیر سفت
سوپ ها	آب گوشت، انواع سوپ	سوپ های پر ادویه
سبزی ها	انواع سبزی پخته و نرم یا له شده، آب سبزی ها	سبزی های خام همراه با پوست یا سبزی های نفاخ
میوه ها	میوه رسیده نرم یا له شده، کمپوت میوه، آبمیوه	میوه های خام همراه با پوست و هسته، میوه های خشک



رژیم نرم . . .

مشخصات رژیم غذایی

گروه غذایی	مواد غذایی مجاز	مواد غذایی غیر مجاز
شیر و لبنیات	انواع شیر، شیر کاکائو، ماست و دوغ	---
چربی ها	کره، مارگارین، روغن های نباتی مایع، خامه، انواع سس سالاد	غذاهای سرخ شده، مغزها
دسر ها و شیرینی ها	کیک و شیرینی ساده، فرنی، شله زرد، کرم کارامل ساده، ژله، بستنی یخی، شربت، آب نبات، عسل	انواع آجیل و مغزها، مربا، شکلات، شیرینی های حاوی مغزها
سایر موارد	چای، قهوه، نمک، شکر، قند	فلفل و سایر ادویه های تند، خیار شور، آجیل، دانه زیتون

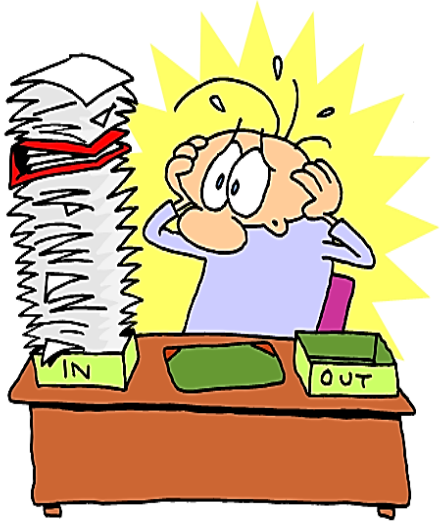


رژیم نرم . . .

چند تذکر مهم

- رژیم بر پایه نیازهای فرد و تشخیص بالینی، اشتها و توان جویدن بیمار تنظیم شود.
- مواد غذایی در حجم کم و دفعات متعدد مصرف شود.
- آموزش بیمار و همراهان وی از نحوه تهیه مواد غذایی مصرفی ضروری است.





تعمیرات



مثال ۱

خانم الف.س. ۳۲ ساله دارای وزن ۴۹ کیلوگرم و قد ۱۶۰ سانتی متر است. برای این فرد التهاب پانکراس تشخیص داده شده است. رژیم مناسب برای این بیمار تنظیم نمایید.



پاسخ

■ از آنجایی که بیمار مبتلا به التهاب پانکراس می باشد، رژیم غذایی وی با رژیم مایع صاف شروع می شود.

■ رژیم مایع صاف حاوی ۶۰۰-۹۰۰ کیلوکالری، انرژی است. برای این فرد بر اساس ۹۰۰ کیلوکالری رژیم را تنظیم

می نماییم.



پاسخ...

رژیم غذایی:

صبحانه	میان وعده	ناهار	میان وعده	شام	آخر شب
آبمیوه صاف شده، ۱ل ژله ساده، ۱/۲ل چای یا قهوه، ۱ل شکر، ۲ ق.م	ژله ساده، ۱/۲ل	آب صاف شده گوشت بدون چربی، ۱ل بستنی یخی، ۱/۲ل چای یا قهوه، ۱ل شکر، ۲ ق.م	نوشابه گازدار، ۱/۲ل بستنی یخی، ۱/۲ل	آب صاف شده مرغ بدون چربی، ۱ل ژله ساده، ۱ل چای یا قهوه، ۱ل شکر، ۲ ق.م	آبمیوه صاف شده، ۱ل
۲۲۰ کیلوکالری	۶۰ کیلوکالری	۱۴۰ کیلوکالری	۱۲۰ کیلوکالری	۱۸۰ کیلوکالری	۱۲۰ کیلوکالری
مجموع کل انرژی دریافتی از رژیم مایع صاف: ۸۴۰ کیلوکالری					



مثال ۲

خانم الف.س. ۳۲ ساله با وزن ۴۹ کیلوگرم و قد او ۱۶۰ سانتی متر است. برای این فرد التهاب پانکراس تشخیص داده شده است. اما میزان التهاب با توجه به آزمایشات انجام شده کاهش یافته است. رژیم مناسب برای این بیمار تنظیم نمایید.



پاسخ

- از آنجایی که بیمار مبتلا به التهاب پانکراس می باشد، رژیم غذایی وی بایستی با رژیم مایع صاف شروع شود. اما، چون وضعیت التهاب رو به بهبودی است می توان رژیم مایع کامل را تجویز نمود.
- رژیم مایع کامل حاوی ۱۵۰۰-۱۰۰۰ کیلوکالری، انرژی است. برای این فرد بر اساس ۱۴۰۰ کیلوکالری رژیم را تنظیم می نماییم.



پاسخ...

رژیم غذایی:

صبحانه	میان وعده	ناهار	میان وعده	شام	آخر شب
شیر، ال تخم مرغ عسلی، ۱ عدد کره، ۲ ق.م چای یا قهوه، ال شکر یا عسل، ۲ ق.م	فرنی، ۲/۱ ال شکر، ۱ ق.م	سوپ جوجه با سبزی و سیب زمینی صاف شده، ال ماست ساده، ال آبمیوه، ۲/۱ ال چای یا قهوه، ال شکر، ۱ ق.م	بستنی، ۲/۱ ال ژله ساده، ۲/۱ ال	سوپ گوشت همراه سبزی و سیب زمینی صاف شده با خامه، ال ماست ساده، ال چای یا قهوه، ال شکر، ۲ ق.م	فرنی، ۲/۱ ال
۳۲۵ کیلوکالری	۱۴۰ کیلوکالری	۳۶۰ کیلوکالری	۱۸۰ کیلوکالری	۳۶۵ کیلوکالری	۱۲۰ کیلوکالری
مجموع کل انرژی دریافتی از رژیم مایع صاف: ۱۴۹۰ کیلوکالری					



مثال ۳

خانم الف.س. ۳۲ ساله با وزن ۴۹ کیلوگرم و قد او ۱۶۰ سانتی متر است. برای این فرد التهاب پانکراس تشخیص داده شده است. التهاب با توجه به آزمایشات انجام شده برطرف شده است، اما ایشان به اندازه یک فرد عادی قادر به فعالیت بدنی نمی باشد. رژیم مناسب برای این بیمار تنظیم نمایید.



- از آنجایی که بیمار مبتلا به التهاب پانکراس می باشد، رژیم غذایی وی بایستی با رژیم مایع صاف شروع شود و با توجه به میزان التهاب و تحمل بیمار به رژیم مایع کامل، سپس رژیم نرم و در نهایت رژیم معمولی تغییر می یابد.



پاسخ...

▪ ابتدا BMI بیمار محاسبه می گردد:

$$BMI = \frac{49}{(1.60)^2} \simeq 19/14$$

چون BMI بیمار نرمال است، لذا وزن فعلی او را به عنوان وزن ایده آل گرفته و میزان ضریب استرس برای این فرد ۱/۲ در نظر گرفته می شود.

ضریب استرس × انرژی مورد نیاز برای فعالیت × ۲۴ × ۱ یا ۰/۹۵ × وزن = TEE

$$1609 = 49 \times 0/95 \times 24 \times 1/2 \times 1/2 = \text{کل انرژی مورد نیاز برای بیمار}$$



پاسخ ...

■ بعد از محاسبه کل انرژی مورد نیاز، میزان درشت مغذی ها را محاسبه می نماییم:

$$\text{پروتئین مورد نیاز بیمار} = 1/5 \times 49 = 74 \text{ gr}$$

$$18\% = (74 \times 4) / 1609 = \text{درصد انرژی حاصل از پروتئین}$$

$$209 \text{ gr} = 836/68 \div 4 = 1609 \times 0/52 = \text{کل کربوهیدرات مورد نیاز}$$

$$53/6 \text{ gr} = 482/7 \div 9 = 1609 \times 0/30 = \text{کل چربی مورد نیاز}$$



پاسخ...

■ محاسبه رژیم غذایی:

گروه های غذایی	تعداد واحد	کربوهیدرات	پروتئین	چربی
گروه شیر	۲	$۲ \times ۱۲ = ۲۴$	$۲ \times ۸ = ۱۶$	$۲ \times ۵ = ۱۰$
گروه سبزی	۳	$۳ \times ۵ = ۱۵$	$۳ \times ۲ = ۶$	-
گروه میوه	۴	$۴ \times ۱۵ = ۶۰$	-	-
گروه قندهای ساده	۲	$۲ \times ۱۵ = ۳۰$	-	-
گروه نان و غلات	۵	$۲۰۹ - ۱۴۱ = ۶۸$ $۶۹ \div ۱۵ = ۵$	$۵ \times ۳ = ۱۵$	-
گروه گوشت	۵	-	$۷۴ - ۳۷ = ۳۷$ $۳۷ \div ۷ = ۵$	$۵ \times ۳ = ۱۵$
گروه چربی	۶	-	-	$۵۴ - ۲۵ = ۲۹$ $۲۹ \div ۵ = ۶$



پاسخ...

رژیم غذایی:

صبحانه	میان وعده	ناهار	میان وعده	شام	آخر شب
نان نرم، ۱ برش تخم مرغ آب پز، ۱ عدد کره، ۱ ق.غ عسل، ۱ ق.غ چای، ۱ ال شکر، ۱ ق.م	فرنی، ۱ ال میوه نرم، ۱ عدد	سوپ مرغ صاف شده کته، ۱۰ ق.غ کره، ۲ ق.م گوشت ماهیچه گوساله نرم، ۶۰ گرم ماست ساده و اسفناج، ۱/۲ ال	آبمیوه، ۲/۱ ال چای، ۱ ال شکر، ۱ ق.غ	سوپ سبزیجات له شده، ۱ ال ران مرغ آب پز نرم، ۶۰ گرم نان نرم، ۱ برش پوره سیب زمینی، ۲/۱ عدد کره، ۱ ق.م ماست ساده، ۱ ال	کمپوت میوه، ۱ ال



تمرین ۱

آقای م.ن. ۵۰ ساله با وزن ۶۸ کیلوگرم و قد او ۱۸۰ سانتی متر است. این بیمار به تازگی جراحی داشته است. پزشک برای ایشان رژیم مایع صاف order داده است. رژیم مناسب برای این بیمار تنظیم کنید.



تمرین ۲

آقای م.ن. ۵۰ ساله با وزن ۶۸ کیلوگرم و قد او ۱۸۰ سانتی متر است. این بیمار به تازگی جراحی داشته است. پزشک برای ایشان رژیم مایع کامل order داده است. رژیم مناسب برای این بیمار تنظیم کنید.



تمرین ۳

آقای م.ن. ۵۰ ساله با وزن ۶۸ کیلوگرم و قد او ۱۸۰ سانتی متر است. این بیمار به تازگی جراحی داشته است. پزشک برای ایشان رژیم نرم order داده است. رژیم مناسب برای این بیمار تنظیم کنید.



تمرین ۴

خانم س.ر. ۲۴ ساله با وزن ۵۲ کیلوگرم و قد او ۱۶۳ سانتی متر است. این بیمار قرار است کولونوسکوپی داشته باشد. پزشک از ۲۴ ساعت قبل برای ایشان رژیم مایع صاف order داده است. رژیم مناسب برای این بیمار تنظیم کنید.



تمرین ۵

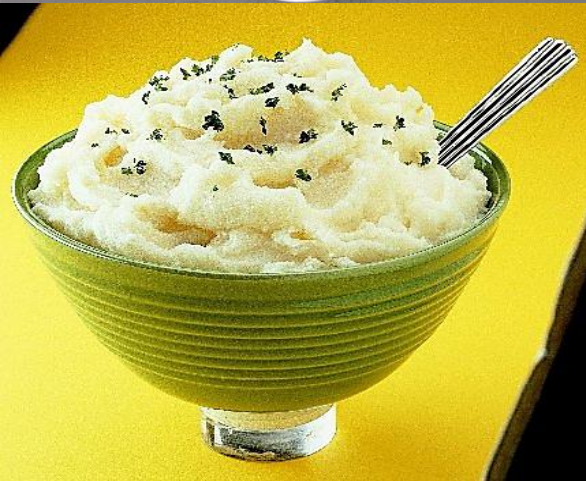
خانم س.ر. ۲۴ ساله با وزن ۵۲ کیلوگرم و قد او ۱۶۳ سانتی متر است. این بیمار کولونوسکوپی داشته است. پزشک برای ایشان رژیم مایع کامل order داده است. رژیم مناسب برای این بیمار تنظیم کنید.



تمرین ۱

خانم س.ر. ۲۴ ساله با وزن ۵۲ کیلوگرم و قد او ۱۶۳ سانتی متر است. این بیمار کولونوسکوپی داشته است. پزشک برای ایشان رژیم نرم order داده است. رژیم مناسب برای این بیمار تنظیم کنید.





خسته نباشید