

تغذیه در بیماران مبتلا به صرع

یک متخصص تغذیه، اصول تغذیه بیماران مبتلا به صرع را تشریح کرد.



یک متخصص تغذیه، اصول تغذیه بیماران مبتلا به صرع را تشریح کرد.

به گزارش ایسنا، منطقه آذربایجان شرقی، دکتر محمد خلیلی در کارگاه آموزشی صرع در دانشکده علوم پزشکی تبریز اظهار کرد: متخصصان تغذیه می توانند با تجویز رژیم های غذایی خاص به بیماران صرعی مقاوم به درمان های دارویی، زیر نظر پزشک متخصص بیمار، عوارض ناشی از بیماری را کاهش دهند.

وی در پاسخ به اینکه روش های تغذیه ای از چه طریقی باعث تشدید بیماری صرع می شوند، گفت: این بیماران باید از چاقی و لاغری بیش از حد، پرخوری و مکرر خوری بیش از اندازه و گرسنگی خودداری کرده و هر سه ساعت یک بار، یک وعده غذایی مصرف کنند.

وی با بیان اینکه بیشتر پرخوری ها عصبی هستند، افزود: غذا خوردن باید در محیطی آرام، بدون وجود عامل تحریک کننده هیجانی و حضور تلویزیون باشد، در غیر این صورت، می تواند بیماری را تشدید کند.

خلیلی با اشاره به سه گروه اصلی غذایی کربوهیدرات ها، چربی ها و پروتئین ها ادامه داد: مصرف پروتئین که در منابع غذایی مثل تخم مرغ، گوشت و مرغ وجود دارد، برای بیماران صرعی مشکلی ندارد، اما مصرف زیاد کربوهیدرات ها که در تنقلات، شیرینی جات، شکلات ها مواد غذایی بسته بندی شده و افزودنی ها وجود دارد، منجر به تشدید حملات صرعی می شود.

وی با تاکید بر ضرورت انتخاب چربی درست و مناسب در تغذیه، بیان کرد: تنها ۱۰ درصد روغن های موجود در بازار را روغن های طبیعی تشکیل داده و در مابقی آن و در تهیه شیرینی جات و بسیاری از خوراکی ها از روغن پالم که بسیار مضر است، استفاده می شود.

وی اظهار کرد: با توجه به اینکه سیستم ایمنی اکثر کودکان ما ضعیف است، به کوچک ترین عامل غذایی حساسیت نشان می دهند، اما باید به این نکته توجه کرد که کلسترول موجود در محصولات غذایی مانند تخم مرغ هیچ ضرری برای بدن ندارد و به جز افرادی که حساسیت دارند، مابقی افراد می توانند با خیال راحت روزانه دو عدد تخم مرغ مصرف کنند.

این متخصص تغذیه در پایان خاطر نشان کرد: داروهای صرع نباید همراه با غذا مصرف شوند، برخی داروهای صرع منجر به کمبود ویتامین دی و اسید فولیک در بیماران می شود که باید زیر نظر پزشک متخصص برطرف شود.