

结核病饮食你吃对了吗？

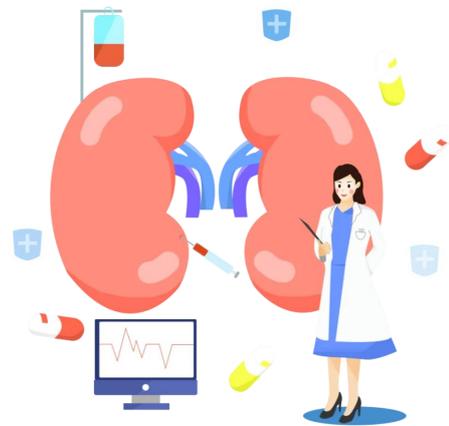
患上结核病这个吃不下？

那个不敢吃？

体重咋咋往下掉？

结核治疗路，饮食助康复，

营养均衡是关键！



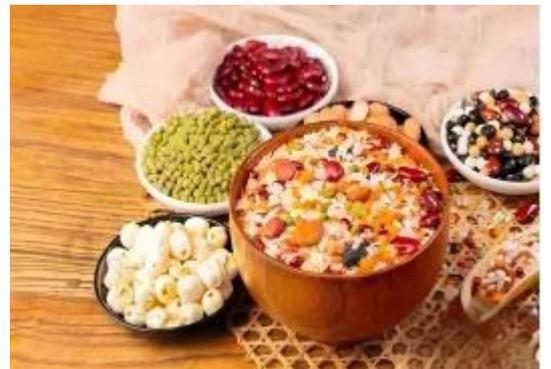
结核病是一种慢性消耗性的疾病，据世界卫生组织《全球结核病报告 2022》分析显示，结核病发病归因中**营养不良**排在第一位（220 万例）。营养不良既可导致机体免疫力降低，增加结核病发病率，同时结核病消耗机体能量会降低结核病的治愈率，因此加强营养是治疗结核病过程中的必经之路。

一饮食原则 1

高蛋白饮食：结核病患者因疾病消耗大量蛋白质，应摄入高蛋白食物，如瘦肉（鸡肉、淡水鱼肉、牛肉等）、蛋类、奶制品等。



高热量饮食：需要保持足够的热量摄入，以维持身体的基本需求和能量平衡。高热量食物如米饭、面条、松子、核桃等。此



外，低嘌呤饮食，避免食用动物内脏、肥肉汤等，以免影响尿酸代谢。

高维生素饮食：患者应多吃富含维生素的新鲜蔬菜和水果，如苹果、香蕉、橙子、西红柿等，以补充身体所需的维生素和矿物质。



清淡易消化饮食：部分结核病患者服药期间食欲下降、消化能力减弱，应选择易消化的食物，如面条、面片汤、粥等。



二 注意事项

01 避免饮酒

结核病患者在治疗期间应严格禁酒，酒精会影响药物的代谢和吸收，降低治疗效果。

02 适量饮水

患者应保持足够的水分摄入，有助于身体的代谢。

03 规律饮食

患者应保持规律的饮食习惯，按时进食，避免暴饮暴食或过度节食。

04 定期监测

患者应定期监测自身的营养状况和病情进展，及时调整饮食方案和治疗计划。

三特别提示

01 过敏体质患者：

对于某些容易引起过敏的食物（如海鲜、无鳞鱼等），患者应谨慎食用或避免食用，以免诱发过敏反应或加重病情。

02 咳血患者：

如果患者有咳血症状，应避免食用生、冷、过硬等刺激性食物，以免加重咳血症状。

武汉科技大学附属天佑医院
感染科