

## Питание больного ребенка

При организации питания учитываются режим и характер питания ребенка до болезни, общее состояние больного и тяжесть заболевания. Больной ребенок, как правило, теряет аппетит. Если ребенок не хочет есть, не следует его заставлять, но он обязательно должен получать много жидкости. В качестве питья можно рекомендовать чай, компот из сухофруктов, кипяченую воду с небольшим количеством варенья, разведенный фруктовый сок. Лучше давать ребенку то, что ему больше всего нравится. Активно предлагайте ребенку питье каждый час, а при повышенной температуре — каждые полчаса.

Во время болезни целесообразно объем порций уменьшить, а частоту приемов пищи увеличить. Если ребенку не требуется специальная диета, он получает легкоусваиваемую пищу: манную кашу, картофельное пюре, яблочное пюре, протертые супы, суфле, сухари и т. д. Больному ребенку не рекомендуются сладости. Они ухудшают и без того плохой аппетит больного. Значительно больше пользы от свежих фруктов и вареных овощей, компотов, кисломолочных продуктов. Когда температура становится нормальной и появляется аппетит, в рацион вводят отварное мясо, сливочное масло, творог, яйца. Выздоровляющего ребенка не надо перекармливать. Если ребенка кормят насильно, пища может вызвать отвращение, и у него надолго останется плохой аппетит. После болезни ребенок должен восстанавливать силы постепенно, съедая столько, сколько хочет. Важно, чтобы питание было разнообразным, вкусным и богатым витаминами.

