Nhi u ng i v n nghĩ khi m c b nh lao ch c n u ng thu c đúng ch đ nh s ph c h i b nh, th c t thu c ch giúp tiêu di t vi khu n. Mu n nhanh h i ph c ph i k t h p v i ch đ ăn u ng đi u đ , đ dinh d ng đ ng th i ngh ng i h p lý.

Ng i có h mi n nhi m kém, ti u đ ng, b nh b i ph i, b nh nhân đang dùng thu c steroids, thu c ch a th p kh p, x tr ... tu i già, nghi n r u hay ma túy, suy dinh d ng, thi u săn sóc y t , s ng hay làm vi c nh ng n i đông ng i, không thoáng... s d b m c lao.

S t là tri u ch ng hay g p ng i lao ph i. S t có th nhi u d ng: s t cao, s t th t th ng nh ng hay g p nh t là s t nh hay gai l nh v chi u, g y, sút cân, ra m hôi tr m, chán ăn, m t m i... ho, kh c đ m ho c ho ra máu. Ho ra máu là tri u ch ng có th g p 60% nh ng ng i lao ph i. Các tri u ch ng khác là: đau ng c, khó th , có ti ng rên khu trú m t vùng c a ph i…

**Nguyên t c dinh d ng**

S c đ kháng và kh năng mi n d ch c a ng i b b nh lao th ng r t y u. H n n a, ng i b b nh lao d b chán ăn, gi m h p thu ch t dinh d ng (k c các vi ch t). Quá trình chuy n hóa cũng b thay đ i theo chi u h ng tăng tiêu hao năng l ng và các ch t dinh d ng d n đ n s t cân và thi u d ng ch t. Do đó, c i thi n tình tr ng dinh d ng c a b nh nhân s làm tăng hi u qu đi u tr b nh lao, giúp b nh nhân nhanh chóng h i ph c.

Đ i v i ng i b b nh lao thì năng l ng n p vào tùy theo th tr ng. N u g y ph i ăn nhi u đ đ t ch s BMI (ch s kh i c th) trên 18,5. N u th tr ng bình th ng thì năng l ng n p vào không thay đ i. Đi u quan tr ng trong ch đ dinh d ng c a b nh là ph i đ 4 nhóm th c ph m: đ ng, đ m, d u m vitamin và khoáng ch t. Ngoài ra, c n u tiên l ng đ ng t qu chín đ t t cho gan th i đ c do tác d ng ph c a thu c.

# B lao, ăn gì nhanh kh e

Vi t b i Biên t p viên
Th năm, 19 Tháng 10 2017 16:55 -

