

สารบัญ

บทที่ 1 ภาวะโภชนาการของผู้ติดเชื้อ HIV และผู้ป่วยเอดส์

ความสำคัญของโภชนาการที่มีผลต่อภูมิคุ้มกันต้านทานโรค	2
การให้คำปรึกษาด้านโภชนาการสำหรับผู้ติดเชื้อ HIV และผู้ป่วยเอดส์	3
การประเมินภาวะโภชนาการ	3

บทที่ 2 สารอาหาร (Micronutrients)

การเปลี่ยนแปลงของ Micronutrients	8
แนวทางการใช้ micronutrients	9
Micronutrients ที่สำคัญ	
วิตามิน บี 1	10
วิตามิน บี 6	10
วิตามิน บี 12	10
โฟลิก แอซิด	11
วิตามินเอและเบต้า-แคโรทีน	11
วิตามิน อี	12
วิตามิน ซี	12
เซเลเนียม	12
สังกะสีและทองแดง	12
เหล็ก	13

บทที่ 3 การเสริมโภชนาการสำหรับผู้ติดเชื้อ HIV ที่ยังไม่มีอาการ

อาหารเสริมสำหรับผู้ติดเชื้อเอดส์ที่ยังไม่มีอาการ	16
อาหารที่ผู้ติดเชื้อ HIV ควรบริโภคประจำวัน	16
วิธีปรุงอาหารเพื่อถนอมคุณค่าทางโภชนาการ	17

สารบัญ

บทที่ 4 การเสริมโภชนาการสำหรับผู้ติดเชื้อ HIV ที่มีอาการและผู้ป่วยเอดส์

น้ำหนักลด	22
เบื่ออาหาร	23
ปัญหาในช่องปากและหลอดอาหาร	
• การเป็นแผลและเจ็บในช่องปาก	24
• การกลืนอาหารลำบาก	24
• การรับรสอาหารได้น้อยลง	25
คลื่นไส้อาเจียน	27
อาการอัมเร็ว	27
ปวดเกร็งท้อง ท้องอืด	28
ท้องเสีย	28
ติดเชื้อ	32
อาการทางระบบประสาท	33

บทที่ 5 อาหารเสริมสำหรับผู้ติดเชื้อ HIV และผู้ป่วยเอดส์

วิธีให้สารอาหาร	36
สูตรอาหารเสริมที่ให้ทางระบบทางเดินอาหาร	37
สูตรอาหารผสมเตรียมเองสำหรับผู้ป่วย	39

บทที่ 6 ข้อควรระวังด้านอาหารสำหรับผู้ติดเชื้อ HIV และผู้ป่วยเอดส์

ภาคผนวก

หลักโภชนาบำบัด	50
อาหารที่ให้บริการแก่ผู้ป่วยในโรงพยาบาล	50
อาหารสำหรับผู้ป่วยที่เป็นไข	52
• อาหารสำหรับไข้ระยะสั้น	54
• อาหารสำหรับไข้เรื้อรัง	54

บรรณานุกรม	59
------------	----