

ОСОБЕННОСТИ ПИТАНИЯ ПРИ РТПХ

РАСПРОСТРАНЕННЫЕ ПРОБЛЕМЫ ПРИ РТПХ, СВЯЗАННЫЕ С ЖКТ

Во время лечения РТПХ могут возникать трудности с приёмом и усвоением пищи. Иногда снижается аппетит, появляется дискомфорт в полости рта или возникают проблемы с кишечником. Все эти проявления могут мешать организму получать достаточное количество питательных веществ, которые важны для восстановления после трансплантации.

Симптомы и рекомендации



Язвы во рту и горле

- ◆ **Пейте через соломинку**, чтобы жидкость не касалась язв во рту.
- ◆ **Выбирайте мягкие продукты:** картофельное пюре, вареные яйца, салаты с курицей или тунцом, пудинги, мягкие консервированные фрукты, каши.



Диарея

- ◆ **Пейте больше жидкости**, чтобы предотвратить обезвоживание.
- ◆ **ИСКЛЮЧИТЕ ИЗ РАЦИОНА** цельнозерновые продукты (отруби, каши, хлеб), сырые овощи, бобовые, брокколи, цветную и белокочанную капусту, фрукты с кожурой или семенами, острое, газированные и кофеиносодержащие напитки (кофе, чай, кола и др.) и шоколад.

РЕКОМЕНДАЦИИ ПО ПИТАНИЮ ПОСЛЕ АЛЛОГЕННОЙ ТРАНСПЛАНТАЦИИ СТВОЛОВЫХ КЛЕТОК ИЛИ КОСТНОГО МОЗГА

Ниже приведены симптомы РТПХ, которые могут влиять на особенности питания, а также рекомендации по их устранению*.



Тошнота/ рвота

- ◆ Ешьте **небольшими порциями, но часто.**
- ◆ **Выбирайте нежирные продукты:** приготовленные овощи, консервированные фрукты, запеченную курицу без кожи, щербет, фруктовый лед, крендели, ванильные вафли и ангельский бисквит (из яичных белков).



Отсутствие аппетита/ потеря веса

- ◆ **Придерживайтесь высококалорийных продуктов, богатых питательными веществами,** такие как пастеризованный сыр, цельное молоко, яйца, авокадо, греческий йогурт, хумус, орехово-фруктовые смеси, фруктовые смузи, сухофрукты, арахисовое масло, зародыши пшеницы, орехи и фрукты.
- ◆ Рассмотрите возможность приема комплексных пищевых добавок, **если они были рекомендованы лечащим врачом.**

* Список не является исчерпывающим. Обсудите ваши индивидуальные потребности с лечащим врачом.



ПРИ НЕОБХОДИМОСТИ ОБСУДИТЕ С ВАШИМ ЛЕЧАЩИМ ВРАЧОМ ВОЗМОЖНОСТЬ КОНСУЛЬТАЦИИ С ДИЕТОЛОГОМ ИЛИ НУТРИЦИОЛОГОМ.

Список сокращений и литературы:

РТПХ — реакция «трансплантат против хозяина»; ЖКТ — желудочно-кишечный тракт.

1. El-Jawahri A. What else do I need to worry about when treating graft-versus-host disease? Hematology Am Soc Hematol Educ Program. 2021; 2021(1): 655-661. doi:10.1182/hematology.2021000302.

2. Pereira A. Z., Gonçalves S. E. A., Rodrigues M., Hamerschlag N., Flowers M. E. Challenging and practical aspects of nutrition in chronic graft-versus-host disease. Biol Blood Marrow Transplant. 2020; 26(11): e265-e270. Doi:10.1016/j.bbmt.2020.08.004 3. Teh C., Onstad L., Lee S. J. Reliability and validity of the modified 7-day Lee chronic graft-versus-host disease Symptom Scale. Biol Blood Marrow Transplant. 2020; 26(3): 562-567. Doi:10.1016/j.bbmt.2019.11.020 4. Liver, gastrointestinal tract and chronic GVHD. BMT InfoNet. Accessed June 5, 2024. Доступно по ссылке: <https://bmtinfonet.org/transplant-article/liver-gastrointestinal-tract-and-chronic-gvhd> Дата обращения: январь 2026 г. 5. Nutrition after transplant. BMT InfoNet. Accessed June 5, 2024. Доступно по ссылке: <https://bmtinfonet.org/transplant-article/nutrition-after-transplant>. Дата обращения: январь 2026 г. 6. Food Safety for Older Adults and People with Cancer, Diabetes, HIV/AIDS, Organ Transplants, and Autoimmune Diseases. US Food and Drug Administration. July 2020. Доступно по ссылке: <https://www.fda.gov/food/people-risk-foodborne-illness/food-safety-older-adults-and-people-cancer-diabetes-hiv-aids-organ-transplants-and-autoimmune>. Дата обращения: январь 2026 г.

Материалы подготовлены при поддержке АО «Санофи Россия» и предназначены для использования пациентами. Предоставленная информация не заменяет консультацию специалиста, обратитесь к врачу. Все права защищены.

MAT-RU-2600227-1.0-02/2026.