

## 4.3 බෝ නොවන රෝගවලට හා ආහාර ජීර්ණ පද්ධතිය ආශ්‍රිත රෝගවලට ලක් වී ඇති රෝගීන් සඳහා ආහාර වේලේ සැලසුම් කිරීම.

- නිවැරදි හෝෂන රටාවක් අනුගමනය නො කිරීමෙන් විවිධ රෝග වලට ගොදුරු වීමේ ඇති අවදානම විස්තර කිරීම.
- බෝ නො වන රෝගවලට බලපාන විවිධ හේතු පැහැදිලි කිරීම.
- රෝග පාලනය කිරීමට ආහාර රටාවේ මෙන් ම ජීවන රටාවේ වෙනස්කම් ඇති කිරීමට ක්‍රියාත්මක වීම.
- බෝ නොවන රෝගී තත්ත්වවල දී ලබා දීමට යෝග්‍ය ආහාර තේරීම.
- විවිධ රෝගී තත්ත්වවල දී ලබා දීමට යෝග්‍ය ආහාර වේලේ සැලසුම් කිරීම.