



Dietní systém FNHK

Nedílnou součástí léčby v nemocnici je strava, jejíž význam spočívá v dodávce potřebných živin ve složení, které vyhovuje dané nemoci. Dietní stravování plní současně význam praktické edukace pacienta v oblasti správné výživy. Za ordinaci vhodné výživy (diety) pacienta zodpovídá **ošetřující lékař**, který má možnost konzultace s nutričním terapeutem nebo si vyžádat nutriční konsilium odborného lékaře.

V případě, že není možno dosáhnout nutričních cílů u pacienta podáváním diety, lze nutriční péči individualizovat, obohatit o sipping (připíjení zvláštních nutričních přísad), případně podávat umělou enterální či parenterální výživu.

Jednotlivé diety jsou sestavovány v souladu s platnými výživovými doporučeními pro Českou republiku vydanými Společností pro výživu a Evropskou společností pro klinickou výživu, ve kterých základní plnohodnotná dieta pro dospělého člověka obsahuje 8750kj, 75g B, 80g T, 270g S.

Seznam diet:

dieta 0 – dieta mixovaná

Indikace: určeno pro pacienty s poruchou rozmělnění potravy, při ztíženém kousání a polykání. Jedná se o dietu se sníženým obsahem energie a bílkovin, vzhledem k technologické úpravě mletí a cezení. Průměrné nutriční hodnoty: 7000 kj, 70g B, 60g T, 230g S.

dieta 1 – kašovitá

Indikace: určeno pro pacienty při zhoršeném kousání a polykání, např. po operacích trávicího systému, po poranění v obličejí, při zánětu nebo poleptání jícnu, při jeho stenóze, divertiklech, rakovině. Tato dieta má lehce realimentační charakter, s doporučeným božstvím bílkovin a se sníženým množstvím tuku. Většinou se podává po omezenou dobu. Výběr potravin i technologická úprava mají šetřící charakter, vychází z doporučení pro d.č.4. Všechny pokrmy jsou upraveny do kašovitě formy. Průměrné nutriční hodnoty: 8000 kj, 75g B, 65g T, 270g S.

dieta 4 – šetřící s omezením tuku

Indikace: určeno pro pacienty při chorobách žlučníku, slinivky břišní, po odeznění akutního stádia, při chronickém onemocnění žlučníku, po operaci žlučníku, na přechodný čas indikujeme i po virovém zánětu jater. Dieta je vhodná na přechodné období i na delší čas. U této diety je důležitý výběr tuků, technologická šetřící úprava, při které se vylučují přepalované tuky, omezují se potraviny s vysokým obsahem cholesterolu. Obsah bílkovin a sacharidů je fyziologický, obsah tuků je snížený.

Z technologických postupů používáme vaření, vaření v páře, ve vodní lázni, dušení, pečení, pečení v alobalu, úpravy na teflonu a grilování. Maso opékáme nasucho, dusíme a pečeme bez tuku s přidáním vody nebo netučného vývaru z kostí, zeleniny. Pokrmy zahušťujeme nasucho opraženou moukou. Vhodný tuk přidáváme na závěr po dokončení tepelné úpravy. Denně můžeme použít jedno vejce na přípravu pokrmů. Mléko a mléčné výrobky volíme nízkotučné, s ohledem na individuální snášenlivost. Všechny pokrmy by měly být lehce stravitelné.

Průměrné nutriční hodnoty: 8320 kj, 75g B, 63g T, 285g S.

dieta 4s – s přísným omezením tuků a živočišných bílkovin

Indikace: pro pacienty v akutním stadiu infekční žloutenky, při zánětu žlučníku, první dny po cholelitiatickém záchvatu, po cholecystektomii po čajové dietě, pacientům s akutní nekrózou pankreatu v prvních dnech po absolutní hladovce. Strava je energeticky i biologicky neplnohodnotná, určená ke krátkodobému podání, není vhodné ji podávat déle než 3 dny. Dieta je převážně sacharidová bez bílkovin masa, s naprostým vyloučením volného tuku a s přísným omezením tuku vázaného. Technologická úprava je šetřící.



Průměrné nutriční hodnoty: 6300 kj, 40g B, 7g T, 335g S.

dieta 13 – strava větších dětí

Indikace: určeno pro děti od 3 -15 let, pokud nepotřebují speciální dietu. Základem je plnohodnotná a pestrá strava. Do jídelníčku jsou zařazovány všechny běžné a oblíbené pokrmy. Zařazují se jídla jednoduchá, lehce stravitelná, bez ostrého koření. Výběr potravin a technologická úprava odpovídá zásadám správné výživy.

Průměrné nutriční hodnoty: 10316 kj, 85g B, 85g T, 340g S.

dieta 9/250 – diabetická na 250g sacharidů

Indikace: určeno pro pacienty s diabetem, hyperlipoproteinémií a obézní. Tuto dietu lze dále modifikovat podle potřeb pacientů. Jde o stravu plnohodnotnou, která je určená k dlouhodobému podávání. Základem diety je omezení příjmu sacharidových potravin, které se odvažují. Technologická úprava a výběr ostatních potravin se řídí zásadami správné výživy.

Průměrné nutriční hodnoty: 8080 kj, 75g B, 65g T, 250g S.

dieta 1000 – redukční na 1000 kcal

Indikace: určeno pro obézní pacienty, kdy chceme dosáhnout redukce váhy. Tuky a sacharidy jsou sníženy. Velká pozornost je věnovaná výběru potravin, preferujeme nízkoenergetické mléčné bílkoviny, libové maso. Při technologické úpravě je omezen tuk.

Průměrné nutriční hodnoty: 4320 kj, 75g B, 35g T, 110g S.

dieta 3 – racionální

Indikace: při všech onemocněních při nichž není nutná zvláštní úprava výživy. Strava je připravovaná podle zásad správné výživy s fyziologickým poměrem živin.

Průměrné nutriční hodnoty: 8750kj, 75g B, 80g T, 270g S.

dieta 3p – racionální porodnická

Indikace: určeno těhotným a kojícím ženám, kdy není nutná další úprava stravy, vzhledem k jiným onemocněním. Strava je připravovaná podle zásad správné výživy s fyziologickým poměrem živin. Z diety je vyloučena nadýmavá zelenina, kořeněná jídla a je upravena tak, aby vyhovovala kojícím matkám a nezpůsobovala nadýmání dětem.

Průměrné nutriční hodnoty: 9580kj, 80g B, 80g T, 300g S.

dieta 14 – individuální

Indikace: určeno pro pacienty po zhodnocení nutričního a zdravotního stavu pacienta s přihlédnutím k jeho stravovacím zvyklostem a spirituálním hodnotám. Individuální dieta je indikována ošetřujícím lékařem. Nutriční terapeutka/asistentka sestaví jídelní lístek a zajistí dodávku individuální stravy na oddělení.

Pitný režim

Součástí péče o pacienty v oblasti výživy je i zajištění dostatečného příjmu tekutin včetně aktivního podávání tekutin ležícím a starším pacientům u nichž je snížen pocit žízně. Pro hydrataci pacienta je třeba zvolit vhodné pomůcky k příjmu tekutin a vhodný nápoj odpovídající dietnímu omezení.

Vypracoval: MUDr.R.Mottl, Ph.D. – ústavní dietolog
Hana Barešová – vedoucí nutriční terapeutka