

The background of the slide features a pattern of stylized autumn leaves in various shades of brown and orange, set against a darker brown gradient background. The leaves are scattered across the frame, creating a textured, seasonal feel.

Nutriční poradenství u dětí do 2 let

- Zjištění a vyhodnocení současného způsobu stravování
- Hodnocení růstu dítěte, klinické vyšetření
- Identifikace problému
- Řešení situace
- Základní postupy v poradenství

Zjištění a vyhodnocení současného způsobu stravování

- **Laktační poradenství**
 - Otevřené a doplňující otázky pro zjištění potřebných údajů o matce a dítěti
 - Pozorování a posuzování kojení
- **Výživové poradenství u kojence a batolete**
- **Poradenství při odstavování - ukončení kojení**
- **Hodnocení spotřeby potravin**
 - 24 hod. recall
 - Výživové zvyklosti

Základní postupy v poradenství

- **Klíčové kroky**

- Účinně se ptát a naslouchat
- Akceptovat a respektovat přání matky při hledání řešení
- Budovat sebedůvěru

6 kroků umění ptát se a naslouchat

- **1. krok** - účinná neverbální komunikace
 - 5 hlavních zásad
 - 1. dodržovat stejnou výši hlavy
 - 2. udržovat zrakový kontakt
 - 3. odstraňovat bariéry
 - 4. ukázat, že máme čas
 - 5. přiměřený dotyk
- **2. krok** - otevřené otázky - co, jak, kde, kdy, s kým, za jakých okolností
- **3. krok** - zopakovat co matka říká, jinou formou
- **4. krok** - projevit zájem pomocí krátkých slovních reakcí a gest
- **5. krok** - projevme empatii - že chápeme co matka cítí
- **6. krok** - vyhněme se hodnotícím slovům - dobře, špatně, správně

6 kroků pro budování sebevědomí a poskytování pomoci

- **1. krok** - přijmout matčiny představy, názory a pocity
- **2. krok** - Zjistit, co matka dělá dobře a pochválit ji za to
- **3. krok** - poskytnout praktickou pomoc
- **4. krok** - dávejme jen použitelné informace potřebné v dané situaci
- **5. krok** - vyjadřovat se srozumitelně - přizpůsobit se úrovni matky
- **6. krok** - dávejme rady, ne rozkazy