**VÝŽIVA – 1. SETKÁNÍ**

Důvod návštěvy (případně motivace):

Osobní anamnéza:

* Nynější onemocnění
* Prodělaná onemocnění
* Alergie a intolerance
* Abúzus

Farmakologická anamnéza:

* Léčiva
* Doplňky stravy

Rodinná anamnéza:

* Matka
* Matka matky
* Otec matky
* Otec
* Matka otce
* Otec otce
* Sourozenci

Pracovní anamnéza:

Nutriční anamnéza:

* Pravidelnost/režim dne
* Potravinové skupiny: obiloviny, pekařské výrovky aj./ovoce a zelenina/mléko a mléčné výrobky/maso, luštěniny, vejce, ořechy/jiné …
* Pitný režim (výběr nápojů, množství)
* Subjektivní hodnocení:

Vývoj tělesné hmotnosti:

Pohybová aktivita:

* V minulosti
* V současnosti

Antropometrie:

* Tělesná výška
* Tělesná hmotnost
* Složení těla (% tukové tkáně)
* BMI
* Tělesné obvody

ZÁVĚR: PES tvrzení (nutriční diagnózy)

DOPORUČENÍ:

**VÝŽIVA – OPAKOVANÉ SETKÁNÍ**

Důvod návštěvy (případně motivace):

Nutriční anamnéza:

* Pravidelnost/režim dne
* Potravinové skupiny: obiloviny, pekařské výrovky aj./ovoce a zelenina/mléko a mléčné výrobky/maso, luštěniny, vejce, ořechy/jiné …
* Pitný režim (výběr nápojů, množství)
* Subjektivní hodnocení:

Pohybová aktivita:

* V současnosti

Antropometrie:

* Tělesná hmotnost
* Složení těla (% tukové tkáně)
* BMI
* Tělesné obvody

ZÁVĚR:

DIAGNOSTIKA NUTRIČNÍHO PŘÍJMU

1. Eneregtická rovnováha

a) zvýšený energetický výdej

b) nedostatečný energetický příjem

c) nadměrný energetický příjem

2. Příjem stravy

a) nedostatečný příjem jídel/tekutin

b) nadměrný příjem jídel/tekutin

3. Příjem tekutin

a) nedostatečný příjem tekutin

b) nadměrný příjem tekutin

4. Bioaktivní látky - nadměrný příjem alkoholu

5. Živiny

a) zvýšená potřeba určitých živin (*upřesnit*)

b) viditelná proteino-energetická podvýživa

c) nedostatečný příjem energie a bílkovin

d) snížená potřeba živin (*upřesnit*)

e) nerovnováha v příjmu živin

5.1. Tuk

a) nedostatečný příjem tuků

b) nadměrný příjem tuků

c) nevhodné složení tuků z potravy

5.2. Bílkoviny

a) nedostatečný příjem bílkovin

b) nadměrný příjem bílkovin

c) nevhodné zastoupení aminokyselin

5.3. Sacharidy

a) nedostatečný příjem sacharidů

b) nadměrný příjem sacharidů

c) nevhodné zastoupení jednotlivých sacahridů ve stravě (*upřesnit*)

d) nestálý příjem sacharidů

e) nedostatečný příjem vlákniny

f) nadměrný příjem vlákniny

5.4. Vitaminy

a) nedostatečný příjem vitaminů (*upřesnit*)

b) nadměrný příjem vitaminů (*upřesnit*)

5.5. Minerální látky

a) nedostatečný příjem minerálních látek (*upřesnit*)

b) nadměrný příjem minerálních látek (*upřesnit*)

KLINICKÁ DIAGNOSTIKA

1. Funkční diagnostika - potíže při trávení

2. Biochemická diagnostika

a) abnormální laboratorní hodnoty související s výživou

b) interakce stravy a užívaných léčiv

3. Hmotnost

a) podváha

b) nechtěný váhový úbytek

c) nadváha/obezita

d) nechtěný váhový přírůstek

DIAGNOSTIKA CHOVÁNÍ A PROSTŘEDÍ

1. Znalosti a postoje

a) nedostatek znalostí v oblasti potravin a výživy

b) škodlivé postoje a přesvědčení dotýkající se oblasti potravin a výživy

c) nepřipravenost ke změně životního stylu/stravy

d) nedostatečné sebe-monitorování

e) narušené stravovací návyky

f) omezené dodržování výživových doporučení

g) nežádoucí výběr potravin

2. Tělesné funkce a aktivita

a) absence tělesné aktivity

b) nadměrné cvičení

c) neschopnost nebo nechuť zajistit si základní potřeby

d) nízká kvalita výživy

e) potíže se samotným přijímáním stravy

3. Bezpečnost a dostupnost potravin

a) příjem nebezpečných potravin

b) omezená dostupnost potravin

**ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ – 1. SETKÁNÍ**

Důvod návštěvy (případně motivace):

Osobní anamnéza:

* Nynější onemocnění
* Prodělaná onemocnění
* Alergie a intolerance
* Abúzus

Farmakologická anamnéza:

* Léčiva
* Doplňky stravy

Rodinná anamnéza:

* Matka
* Matka matky
* Otec matky
* Otec
* Matka otce
* Otec otce
* Sourozenci

Pracovní anamnéza:

Kuřácká anamnéza:

* Počátek kouření
* Zkušenosti s odvykáním kouření v minulosti
* Počet vykouřených cigaret (a vývoj tohoto počtu v minulosti)
* Aktuální množství CO ve vydechovaném vzduchu (zaznamenat i dobu od poslední vykouřené cigarety)
* Míra závislosti na nikotinu (Fagerströmův test) a subjektivní hodnocení (na škále 0-10)

Nutriční anamnéza:

* Stručná charakteristika výživových zvyklostí (režim dne, pestrost skladby stravy a pitného režimu, vývoj tělesné hmotnosti, subjektivní hodnocení, případně antropometrie)

Pohybová aktivita:

* V minulosti
* V současnosti

ZÁVĚR:

DOPORUČENÍ:

**ODVYKÁNÍ KOUŘENÍ – OPAKOVANÉ SETKÁNÍ**

Důvod návštěvy (případně motivace):

Osobní anamnéza:

* Abúzus

Kuřácká anamnéza:

* Aktuální počet vykouřených cigaret
* Zvolená terapie: užívání NNT/Champix/jiné/žádné prostředky
* Aktuální množství CO ve vydechovaném vzduchu (zaznamenat i dobu od poslední vykouřené cigarety)
* Změny ve výživovém a pohybovém režimu

ZÁVĚR:

DOPORUČENÍ: