

# 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 výrobky 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 výrobky 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. Energetická 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 sacharidů 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: