



DIETNÍ SYSTÉM

Mgr. Jana Spáčilová

NUTRIČNÍ TERAPEUT!!!



DIETA...

- Strava zohledňující specifické požadavky na složení, energetickou hodnotu, technologickou úpravu, které vyžaduje onemocnění pacientů
- Snídaně 25 % (energetických %)
- Přesnídávka 10 %
- Oběd 30 – 35 %
- Svačina 10 %
- Večeře 20 – 25 %
- II. večeře některé diety

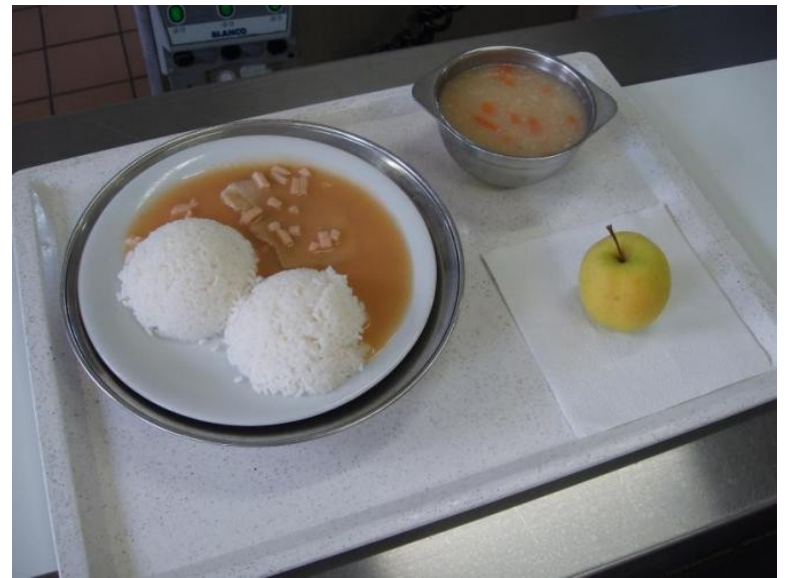


Význam diety:

- **Nutriční** – pokrytí předpokládaných nutričních potřeb
- **Výchovný** – poučení o výběru potravin a přípravě stravy v domácím prostředí
- **Psychologický** – prostředník kontaktu s ošetřujícím personálem a ostatními pacienty



Dieta...



- chutná, estetická, zdravotně nezávadná
- předepíše lékař, dohlíží nutriční terapeut – denně záznam do dokumentace
- příprava centralizovaná v kuchyni
- transport na oddělení – termosový nebo tabletový systém
- doba výdeje stanovena v domácím řádu
- pitný režim



Tabletový systém...



Výdej stravy na oddělení...



DIETNÍ SYSTÉM...

- A) Základní diety
- B) Speciální diety
- C) Standardizované diety
 - připravují se pro malý počet pacientů
 - mohou být podávány dlouhodobě i celoživotně, proto v těchto případech mají být nutričně vyvážené a plnohodnotné
 - mohou být variabilní – měnit své složení nebo technologickou úpravu podle stavu pacienta
 - řadíme mezi ně i diety před některými vyšetřeními (př. vyšetření na skryté krvácení)



A) ZÁKLADNÍ DIETY

- 0 – tekutá
- 1 – kašovitá šetřící
- 2 – šetřící
- 3 – základní
- 4 – s omezením tuků
- 5 – s omezením zbytků
- 6 – s omezením proteinů
- 8 – redukční
- 9 – diabetická
- 10 – neslaná šetřící
- 11 – výživná
- 12 – strava batolat (pro děti od 1 – do 3 let)
- 13 – strava dětí
- 14 – speciální dietní postupy (výběrová)
- 15 – vegetariánská



B) SPECIÁLNÍ DIETY

- 0 S – čajová dieta
 - Pouze čaj, po lžičkách.
- 4 S – s přísným omezením tuku
 - Podává se pacientům v akutním stavu infekční hepatitidy, zánětu žlučníku, první dny po žlučnickovém záchvatu, první dny po cholecystektomii, pacientům s akutní nekrózou pankreatu v prvních dnech po absolutní hladovce. Vhodná u pacientů v akutním období infarktu myokardu.
- 9 S – diabetická šetřící
 - Pro diabetiky se současnými vleklymi onemocněními zažívacího ústrojí (vředová choroba, choroby žlučníku, jater, dyspeptický syndrom, vlekly zánět pankreatu,...)



C) STANDARDIZOVANÉ DIETY

- BLP - dieta bezlepková
- P - dieta při akutní pankreatitidě
- S/35 - dieta při chronickém selhání ledvin
- 8 S - přísné redukční individuální postupy
- BL - dieta bezlaktózová

- při fenylketonurii
- diety před vyšetřením



0 – tekutá

- **Indikace:** podává se krátkodobě při poruchách polykání, po úrazech čelisti, po stomatologických operacích apod.
- **Neplnohodnotná** dieta, vhodná ke krátkodobému podávání.
- Často doplněná o přísady - nutridrinky, řídké pudinky, mléčné koktejly, dětské výživy, šlehaný tvaroh a ředěný přibináček
- Základ studených jídel je mléko a tekuté ml. výrobky. Teplé pokrmy – krémové polévky, řídké kaše, omáčky... Při poruše laktóзовé tolerance mléko nahrazeno čajem, ovocnými šťávami.

1 – kašovitá šetřící


- **Indikace:** poruchy žvýkání (např. senioři), polykání (po radioterapii, chemoterapii, CMP), stavy po úrazech a chirurgických výkonech v oblasti dutiny ústní, krku a horní části GIT
- Je plnohodnotnou dietou – vhodnou i do domácího ošetření.
- Kašovitá strava bez ostrého koření, nenadýmavá, šetřící. Vaření, pečení, dušení – po dokončení úprava do kašovité formy.



2 – šetřící

- **Indikace:** pro pacienty s kožními chorobami a alergickými projevy, onemocnění žaludku
- Plnohodnotná dieta, vhodná i do domácího ošetření. Bez ostrého koření, nenadýmavá.

3 druhy šetření:

- Chemické
 - pikantní koření, přepálené tuky, alkohol, černá káva, nápoje s CO₂, solení, překyselení, extraktivní látky z masa, látky vzniklé pečením/pražením škrobnatých potravin
 - Mechanické
 - jádérka ovoce, ořechy, mák, syrová zelenina, tuhé slupky, šlachy, blány na mase, kůrka chleba
 - Termické
 - ne příliš studené ani horké pokrmy/nápoje
- 

3 – základní

- **Indikace:** u pacientů bez dietního omezení
- Složení diety odpovídá doporučením správné výživy. Dieta vhodná do domácího ošetření.

4 - s omezením tuků

- **Indikace:** poruchy trávení, onemocnění jater, pankreatu, žlučníku, po mononukleóze, hepatitidě, chirurgických výkonech na GIT, u dialyzovaných pacientů apod.
- Plnohodnotná dieta, vhodná i do domácího ošetření.
- Lehce stravitelná, nenadýmavá, šetřící, nedráždivá.
- Vaření-pečení-dušení-zapékání
- Nevhodné – tučná masa, ostré koření, většina uzenin, majonézy, nadýmavé pokrmy, čerstvé kynuté pečivo



5 – s omezením zbytků

- **Indikace:** chronická zánětlivá onemocnění střev, průjmy po radioterapii a chemoterapii, operace střev apod.
- Lehce stravitelná, nenadýmavá, nedráždivá, šetřící.
- Výběr potravin a technologická úprava šetří střevo mechanicky – nesmí obsahovat nestravitelné zbytky, hrubou vlákninu, slupky ani zrníčka omezena syrová zelenina a ovoce (vit. C???)
- Dieta má druhou večeři
- Vhodná do domácího ošetření




6 – s omezením proteinů

- **Indikace:** onemocnění ledvin, zejména konzervativně léčená renální insuficience.
- Tato dieta se nedoporučuje u dialyzovaných pacientů
- Maso v povolené dávce, omezujeme rostlinné bílkoviny. Omezena také sůl a dráždivé koření.
- Vhodná do domácího ošetření.

8 – redukční

- **Indikace:** dieta pro obézní pacienty i diabetiky i pro pacienty s nadváhou.
- Dieta má druhou večeři, většinou ovoce.
- Bez polévek, smažených pokrmů, knedlíků, volných tuků (máslo).
- Dávky příkrmů a pečiva jsou oproti ostatním dietám menší.
- Vhodná do domácího ošetření.


9 – diabetická

- **Indikace:** základní diabetická dieta, většinou používaná pro diabetiky II. typu, vhodná i pro pacienty s poruchou lipidového metabolismu
 - 6 denních dávek
 - Přesnídávka se podává současně se snídaní (ovoce)
 - Z pečiva se podává především chléb, příp. celozrnné pečivo, pro kašovitě diety veka
 - Dieta má druhou večeři - pečivo, bílkovinná potravinu, ovoce nebo zelenina
 - Vhodná do domácího ošetření.
- 

10 – neslaná šetřící

- **Indikace:** otoky, onemocnění srdce a cév.
- Dlouhodobé podávání prohlubuje nechutenství, a proto se od podávání této diety ustupuje. Dieta není vhodná pro dlouhodobé podávání v domácí péči.
- K přípravě pokrmů se nepoužívá sůl a slané potraviny. Nevhodné jsou sýry, uzeniny, konzervy, kořenící směsi, slané pečivo (keksy), brambůrky, slané tyčinky apod.

11 – výživná

- **Indikace:** malnutrice, nádorová onemocnění, realimentace po těžších operacích a chronických infekcích (tuberkulóza, cystická fibróza), období rekonvalescence.
 - Výživná dieta s fyziologickým poměrem živin, se zvýšenou energetickou hodnotou a vyšším množstvím bílkovin, má druhou večeři.
 - Vhodná do domácího ošetření.
- 

12 – strava batolat

- **Indikace:** strava batolat, vzhledem ke své konzistenci dieta využívána i pro starší děti po adenotomii, ošetření zubů, operacích dutiny ústní, těžkých stavů po úrazech, možná pro seniory.
- Kašovitá, lehce stravitelná, nenadýmavá, nedráždivá, technologická úprava stravy odpovídá potřebám dětí 1-3 roky. Výběr potravin se řídí doporučením pediatrů a poznatky o výživě dětí.
- Pro děti vyšší věkové kategorie je neplnohodnotná, určena pouze ke krátkodobému podávání.

13 – strava dětí


- **Indikace:** u dětí bez dietního omezení (4-14 let)
- Dle věkové kategorie (4-6, 7-11, 11-14)



14 – speciální dietní postupy

- **Indikace:** výběrová dieta u pacientů s malnutricí nebo s nutným individuálním přístupem. Výběr pokrmů provádí NT spolu s pacientem dle jídelního lístku, zohledňuje doporučení lékaře a výživové potřeby pacienta.

15 – vegetariánská strava

- **Indikace:** vhodná pro pacienty, kteří odmítají jíst maso a masné výrobky. Jedenkrát týdně je zařazeno drůbeží maso nebo ryba.
 - Bílkoviny masa nahrazeny mlékem, ml. výrobky, vejci, sójou, luštěninami. Strava obsahuje potřebné množství ovoce a zeleniny.
 - Nevhodná pro děti. Vhodná do domácího ošetření.
- 

Možnosti diet...

- různé kombinace
- ml
- G
- N
- i
- bez vaj.
- bez ryb
- BLP
- BL



B) SPECIÁLNÍ DIETY

○ 0 S – čajová dieta

- před a po operaci, při úplné EV, PV, při krátkodobém hladovění (pokud je pacient v dobrém výživovém stavu)
- žádná strava, pouze čaj
- O S + sipping (2x/den)

○ 4 S – s přísným omezením tuku

- biliární potíže, ak. pankreatitida po odeznění potíží, průjmy
- neplnohodnotná, nevhodná do domácího ošetření

○ 9 S – diabetická šetřící

- DM s poruchou trávení, s onem. žlučníku, jater, slinivky, po žloutence apod.
- vhodná i do domácího ošetření



C) STANDARDIZOVANÉ DIETY

- BLP - dieta bezlepková
- **P** - dieta při akutní pankreatitidě
- **S/35** - dieta při chronickém selhání ledvin
- **8 S** - přísné redukční individuální postupy
- BL - dieta bezlaktózová





DĚKUJI ZA POZORNOST

ja.spacilova@gmail.com