



LÉČEBNÁ VÝŽIVA

Pařízková Pavlína

Září 2016, LF MU Brno

OSNOVA

- Dietní systém
- Rozdělení diet dle označení
- Rozdělení diet dle technologického zpracování
- Pravidla sestavování jídelního lístku
- Praktická část



DIETA

- **označení způsobu výživy nebo složení stravy tvořící základ stravování, zejména se zřetelem na její působení na lidské zdraví**
- **výživa doporučovaná jako prevence chorob**
- **důležitá součást léčebného procesu**
- **náhrada výloh při služební cestě**



DIETNÍ SYSTÉM

- dokument, podle kterého se řídí příprava léčebné výživy v nemocnici

- Určuje způsob označení diet a jejich nutriční složení



HISTORIE DIETNÍHO SYSTÉMU

- R. 1955 – Československý dietní systém (Doberský a kol.)
- R. 1968 – 2. přepracované a rozšířené vydání
- R. 1981- nové mezinárodní jednotky (SI), nové vyjádření energetické hodnoty **kcal » kJ**
- **R. 1991** – změna označení diet a výživových dávek



SOUČASNOST

- Řídíme se metodickým pokynem MZ z roku 1991-
Doporučené zásady stravování nemocných (je to
poslední inovace Dietního systému pro nemocnice)



ROZDĚLENÍ NEMOCNIČNÍCH DIET

Dieta – strava zohledňující specifické požadavky na složení, energetickou hodnotu, technologickou úpravu, které vyžaduje onemocnění pacientů

Význam diety:

1. **Nutriční** – pokrytí předpokládaných nutričních potřeb (makroživin, mikrovitaminů)
2. **Výchovně-psychologický** – poučení o volbě potravin a přípravě stravy v domácím prostředí
3. **Psychologický** – prostředník kontaktu s oš. personálem a ostatními pacienty



ROZDĚLENÍ DIET

Dieta – chutná, estetická, zdravotně bezpečná

Dietu ordinuje lékař - denně předepisuje do dokumentace / teplotky/ pacienta

Příprava – centralizovaná – ve SP

Transport na oddělení – termosovým nebo tabletovým systémem



ROZDĚLENÍ DENNÍCH DÁVEK

Snídaně	25%
Přesnídávka	10%
Oběd	30 – 35%
Svačina	10%
Večeře	20 – 25%

II. Večeře- u diabetiků, u pacientů se zvýšenými energetickými potřebami- polytrauma, hojení ran, malnutrice apod.

- Doba výdeje stanovena (intervaly mezi jídly!!)
- Pitný režim



ROZDĚLENÍ DIET-PROPOČÍTÁNÍ SLOŽENÍ DIET

1 g T = 9 kcal = 39 kJ (25 - 30 energ. %)

1g S = 4 kcal = 17,2 kJ (50 – 55 energ. %)

1g B = 4 kcal = 17,2 kJ (15 - 20 energ. %)

- A. Základní diety
- B. Speciální diety
- C. Standardizované diety



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
- 15– vegetariánská



B. SPECIÁLNÍ DIETY

0 S – čajová dieta

4 S – s přísným omezením tuku

9 S – diabetická šetřící

9/4S-diabetická s přísným omezením tuků

12 A- strava batolat (do 1 roku)

14- speciální dietní postupy

3G- základní geriatrická

KVM- dieta při vyšetření na kyselinu vanilmandlovou



C. STANDARDIZOVANÉ DIETY

BLP - dieta bezlepková

P - dieta při akutní pankreatitidě

S/35 - dieta při chronickém selhání
ledvin / ve FN Brno zrušena/

8 S - přísné redukční individuální
postupy / ve FN Brno zrušena/

BL - dieta bezlaktózová



KOMBINACE DIET

- Důvod- více dietních omezení u některých pacientů
- lze vzájemně lomit a kombinovat
- 1.místo –základní požadavek
- 2.místo- další dietní omezení



KOMBINACE DIET

- 0S - čajová dieta
- 0/BLP - tekutá dieta bezlepková
- 0/9 - tekutá dieta diabetická
- 0/BL - tekutá dieta bezlaktózová
- 9/1 - diabetická kašovitá dieta
- 9/6 - diabetická dieta s omezením bílkovin
- 9/10 - diabetická neslaná dieta
- 9/15 - diabetická dieta pro vegetariány /ve FN Brno zrušena/
- 9S/5 - diabetická dieta s omezením zbytků
- 9S/BL - diabetická dieta bezlaktózová
- BLP/4 - bezlepková dieta šetřící s omezením tuků
- BLP/BL12 – bezlepková bezlaktózová dieta pro batolata
- BLP/BL - bezlepková bezlaktózová dieta
- BLP/9 - bezlepková diabetická dieta
- BLP/1 - bezlepková dieta kašovitá
- BL/2 - bezlaktózová dieta šetřící (kožní)
- BL/12 - bezlaktózová dieta pro batolata
- BL/5 - bezlaktózová dieta s omezením zbytků



ČASTÉ CHYBY PŘI OZNAČOVÁNÍ DIET

- 9/4 -diabetická šetřící, správně 9S
- 0S- čajová **EV** nebo **PV**
- BLP x BL
- BLP/5(pacient s dg. Celiakie , Crohnova nemoc)
 - BL/5- NE !
 - BLP/4 – ano/ pac. bez zažívacích potíží/
 - 14 –ano / pac.se zažívacími potížemi/



ZKRATKY

ml	mleté maso
B	bujón
B zel.	bujón zeleninový
N	nenadýmavá (po porodech, rizikové těhotenství, v kardiologii apod.)
bez vaj.	bez vajec (při alergiích na vejce nebo bílek)
bez ryb	(při alergiích na ryby) - u diety č. 2
i	izolační strava /strava pro imunokompromitované pacienty /nízkomikrobiální/
I.den...IV.den	specifikace pankreatických diet



A. ZÁKLADNÍ DIETY

0 – tekutá

6 000 kJ, 60 g B, 45 g T, 200 g S, 50 mg vit.C

Indikace: podává se krátkodobě při poruchách polykání, po úrazech čelisti, po stomatologických operacích apod.

Neplnohodnotná dieta, vhodná ke krátkodobému podávání. Proč je neplnohodnotná?





0
DATE: 2023-12-15
NAME: SGT. GERA
DEPT: 1571
FACILITY: HALL/PANTRY
ISSUE BY: 14.00

A. ZÁKLADNÍ DIETY

1 – kašovitá šetřící

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 320 g S, 90 mg vit.C

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.





CAFÉ-Ticket 1 Datum: 20.09.16
1313
pöytä: KALLIPANOU FIN 300
kassa: jpa do 14.00

A. ZÁKLADNÍ DIETY

2 – šetřící

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 320 g S, 60 mg vit.C

Indikace: pro pacienty s kožními chorobami a alergickými projevy/dříve a v jiných nemocnicích= žaludeční/

Plnohodnotná dieta, vhodná i do domácího ošetření.

3 – základní

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 320 g S, 90 mg vit.C

Indikace: u pacientů bez dietního omezení



A. ZÁKLADNÍ DIETY

4 - s omezením tuků

9 500 kJ, 80 g B, 55 g T, 360 g S, 90 mg vit.C

Indikace: poruchy trávení, onemocnění jater, pankreatu, žlučníku, hepatitidě, chirurgických výkonech na GIT

Plnohodnotná dieta, vhodná i do domácího ošetření.





ESKİ İŞİTİ Dava No: 2009/10
1511
Gözetmen HALUKERİ FN 300
2 18
1.000,00 TL



A. ZÁKLADNÍ DIETY

5 – s omezením zbytků

10 200 kJ, 90 g B, 70 g T, 360 g S, 60mg vit.C

Indikace: chronická zánětlivá onemocnění střev, průjmy po radioterapii a chemoterapii, operace střev apod.

6 – s omezením proteinů

9 500 kJ, 50 g B, 70 g T, 350 g S, 90 mg vit.C

Indikace: onemocnění ledvin, léčená renální insuficience.

Tato dieta - nevhodná u dialyzovaných pacientů.



A. ZÁKLADNÍ DIETY

8 – redukční

5 800 kJ, 80 g B, 50 g T, 150 g S, 90 mg vit.C

Indikace: dieta pro obézní pacienty i diabetiky i pro pacienty s nadváhou.

Dieta má druhou večeři, většinou zeleninu, ovoce.

9 – diabetická

8800 kJ, 90 g B, 80 g T, 250 g S, 90 mg vit.C

Indikace: základní diabetická dieta, většinou používaná pro diabetiky I i II. Typu


Dieta má druhou večeři - pečivo, bílkovinná potravina, ovoce nebo zelenina





Food - 1st set / 08/04/2008 14:00
687 0187 0 1513
9.
PESONERAN / 14.00
PN 3/4
10/08/08 14.00 3/4

DIABETICKÉ DIETY

- Strava rozdělena do 6ti denních dávek.
 - Množství S určuje lékař-nově 150 g, 200g, 250g dříve-175 g, 225 g, 275 g, 325 g).
 - Tzv. třetinové rozdělení S – 1/3 Sn+Př, 1/3 O+Sv, 1/3 V+II. V.
 - K přípravě se používají tradiční technologické postupy (převážně pečení, dušení, vaření, výjimečně smažení).
 - Omezeny živočišné tuky.
 - Koření
 - V nemocnici mají všechny diabetické diety druhé večeře.
- 

A. ZÁKLADNÍ DIETY

10 – neslaná šetřící

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 320 g S, 90 mg vit.C

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.

11 – výživná

12 000 kJ, 105 g B, 80 g T, 420 g S, 100 mg vit.C

Indikace: malnutrice, nádorová onemocnění, realimentace po těžších operacích a chronických infekcích (tuberkulóza, cystická fibróza), období rekonvalescence, popáleniny, polytrauma.

A. ZÁKLADNÍ DIETY

12 – strava batolat

5500 kJ, 45 g B, 40 g T, 190 g S, 55 mg vit.C

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 i pro seniory, ale s nutriční podporou.

13 – strava dětí

9 050 kJ, 65 g B, 70 g T, 310 g S, 80 mg vit.C

Indikace: u dětí bez dietního omezení (11-14r.)



A. ZÁKLADNÍ DIETY

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

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 320 g S, 90 mg vit.C

Indikace: vhodná pro pacienty, kteří odmítají jíst maso a masné výrobky.



ROZDĚLENÍ DIET DLE TECHNOLOGICKÉHO ZPRACOVÁNÍ

- 5 technologických základů dle příbuznosti kuchyňské přípravy
 1. Technologický základ – d.č. 0, 1, 4, 5
 2. Technologický základ – d.č. 2
 3. Technologický základ – d.č. 3, 11, 13
 4. Technologický základ – d.č. 8, 9,
 5. Technologický základ – d.č. 6, 10



AD 1. TECHNOLOGICKÝ ZÁKLAD

d.č. **0, 1, 4, 5** – diety tzv. šetřící (při technol. přípravě)

3 druhy šetření: chemické
mechanické
termické


chemické šetření – extraktivní látky z masa, látky vzniklé pečením, pražením škrobnatých potravin, pikantní koření, přepálené tuky, alkohol, černá káva, nápoje s CO₂

mechanické šetření – jádérka ovoce, ořechy, mák, syrová zelenina, tuhé slupky, šlachy, blány na mase, kůrka chleba

termické šetření – ne příliš studené ani horké pokrmy



PRAVIDLA SESTAVOVÁNÍ JÍDELNÍHO LÍSTKU

- denní stravu plánujeme jako celek (nejprve hl. jídla, oběd, večeře potom polévky, snídaně, přesnídávky)
 - nutriční hodnota, tepelná úprava, barva a chuť (neopakovat stejné potraviny)
 - kuchyňská úprava, vzhled, chuť
 - roční období – sezónní potraviny
 - místní a krajové zvyklosti
 - ekonomické aspekty – stravovací jednotka
 - kategorie strávníků (věk, zaměstnání, nemoc...)
 - technické vybavení kuchyně, počet a zdatnost personálu
- 

PRAVIDLA SESTAVOVÁNÍ JÍDELNÍHO LÍSTKU

Snídaně – pečivo, tuk k namazání, bílkovinná potravina, bílkovinný nápoj

Přesnídávka – ovoce

Oběd – polévka, hlavní pokrm, příloha, salát

Svačina – pečivo, bílkovinný nápoj

Večeře – hlavní pokrm, příloha; studená večeře (pečivo, tuk k namazání, bílkovinná potravina, zelenina)



TEPLÉ POKRMY- POLÉVKY

- Zeleninová
- Bramborová
- Hovězí s nudlemi, nočky
- Italská
- Čočková
- Kmínová
- Krupicová
- Zelná
- Drožd'ová
- Rybí
- Drůbeží s kapáním
- Žampionová



TEPLÉ POKRMY- HLAVNÍ JÍDLA

- Pečené kuře
- Vepřový závitok se špenátem
- Hovězí svíčková na smetaně
- Rybí filet s restovanou kapustou
- Krutí plátek na rajčatech
- Hovězí plátek dušený s hlívou ústřičnou
- Pečený králík na česneku
- Vepřová orientální pečeně
- Kuřecí po čínsku
- Rizoto s masem
- Zapečené těstoviny
-



TEPLÉ POKRMY- OMÁČKY, PŘÍLOHY

- Rajská
- Koprová
- Smetanová
- Zeleninová
- Hořčicová
- Pažitková
- Vařené brambory, rýže, těstoviny, knedlíky, noky, bulgur, kuskus, pohanka, jáhly, tarhoňa, bramborové pyrė, kaše , pečivo...



ÚKOL



PRAKTICKÁ ČÁST



PRAKTICKÁ ČÁST

- Úkol pro studenty
- Sestavení jídelníčku pro dietu č. 3 na 3-5 dní
- Následně společný rozbor
- Pestrost, barevnost, cenová dostupnost, dostatek všech živin, sezonní potraviny
- Konzistence pokrmů/ plátek masa, mleté maso/, množství zeleniny, ovoce, luštěniny, vláknina

