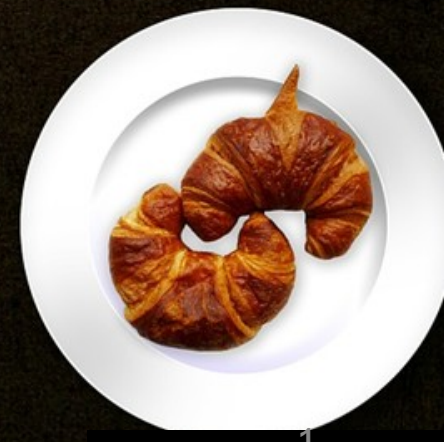


ZÁKLADY DIETNÍHO SYSTÉMU



Co je to DIETA?

- Je soubor výživových opatření, jejichž uplatnění zlepší kompenzaci onemocnění, zmírní nebo odstraní obtíže pacienta (například vyloučením zatěžujících potravin či jejich součástí).
- Strava zohledňující specifické požadavky na složení, energetickou hodnotu, technologickou úpravu, které vyžaduje onemocnění pacientů.

Význam diety

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

Dietní systém

- Dokument, podle kterého se řídí příprava léčebné výživy v nemocnici.
- Určuje způsob označení diet a jejich nutriční složení.

4/44

HISTORIE

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

Dietní systém

- Dietu ordinuje lékař (PROZATÍM) – denně předepíše 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

- **ZÁKLADNÍ** diety
- **SPECIÁLNÍ** diety
- **STANDARDIZOVANÉ** diety

Základní diety

- **0** – tekutá
- **1** – kašovitá
- **2** – šetřící
- **3** – racionální
- **4** – s omezením tuků
- **5** – s omezením zbytků
- **6** – s omezením proteinů
- **8** – redukční
- **9** – diabetická
- **10** – neslaná šetřící
- **11** – výživná
- **12** – strava batolat
- **13** – strava dětí
- **14** – speciální dietní postupy
- **15** – vegetariánská

Speciální diety

0S – čajová dieta

4S – s přísným omezením tuku

9S – diabetická šetřící

9/4S – diabetická s přísným omezením tuků

12A – strava batolat (do 1 roku)

3G – základní geriatrická

KVM – dieta při vyšetření na kyselinu vanilmandlovou

Standardizované diety

- **BLP** – bezlepková
- **P** – pankreatická
- **S/35** – dieta při chronickém selhání ledvin (zrušeny ve FN Brno)
- **8S** – přísně redukční režimy (zrušeny ve FN Brno)
- **BL** – bezlaktózová
- **DD** – dialyzační dieta
- **DYS** – dysfagická

Kombinace diet

- Používají se v případě, že je u pacienta více dietních omezení.
- Diety lze mezi sebou vzájemně kombinovat.
- Na 1. místo se píše základní dietní požadavek a na 2. místo další dietní omezení.

Kombinace diet

- **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
- **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

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

ZÁKLADNÍ DIETY



Dieta č. 0 – TEKUTÁ

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

- Energeticky a biologicky neplnohodnotná, vhodná pouze ke krátkodobému podávání.
- Určená pro perorální příjem.
- Mechanická úprava stravy do tekuté formy.
- Dieta mechanicky, chemicky, termicky šetřící.
- **Nepodávat do sondy!!**

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

Dieta č. 1 – KAŠOVITÁ

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

- Energeticky, biologicky plnohodnotná, lehce realimentační charakter, vhodná do domácího ošetření.
- Dieta šetřící, nedráždivá, nenadýmavá.
- Většinou se podává na kratší přechodnou dobu, dlouhodobě u starých lidí s problémovým chrupem + zažívacím problémy.

- **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

Dieta č. 1 – KAŠOVITÁ

bílá káva, veka, máslo, jogurt, pomeranč	polévka krupicová, špenát, vepřové maso mleté, bramborová kaše	rohlík, ochucené mléko	rýžová kaše s kakaem, ovocné pyré
čaj, veka, sýr Pribina se šunkou, banán	polévka drůbeží ragů, vepřová frankfurtská mletá, těstoviny	pribináček, piškoty	zeleninové haší, bramborová kaše, kompot
bílá káva, vánočka, máslo, džem, mandarinka	polévka z kostí s kapáním, hovězí svíčková, jemný knedlík	puding, veka	houska, máslo, lučina, ovocný salát

Dieta č. 2 – ŠETŘÍCÍ

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

- Plnohodnotná, nenadýmavá, lehce stravitelná, lehce realimentační charakter, pestrá, chutná.
- Vhodná k dlouhodobému používání, vhodná do domácího ošetření.
- *(Ve FN upravená podle požadavků kožního oddělení s kožními chorobami a alergickými projevy.)*

- **Indikace:** pro pacienty s kožními chorobami a alergickými projevy (dříve a v jiných nemocnicích = žaludeční)

Dieta č. 2 – ŠETŘÍCÍ

bílá káva, rohlíky, máslo, tavený sýr, mrkev	polévka bramborová, rýžový nákyp s ovocem, jablečný kompot	piškot, mléko	houška, máslo, sýr, eidam, pomeranč
čaj, vánočka, máslo, džem, banán	polévka brokolicová, filé na kmíně, bramborová kaše, kompot	jogurt s pečivem	rohlíky, šunková pomazánka, jablko
bílá káva, veka, Flora, vanilkový lakrumáček, jablko	polévka ragů, vepřová protýkaná, dušená rýže, mrkvový salát s jablky	pudink, houška	zapečené brambory s masem a zeleninou , salát z čínského zelí

Dieta č. 3 – ZÁKLADNÍ

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

- Plnohodnotná.
- Složení diety odpovídá doporučením zdravé výživy – dosažení biologické i energetické hodnoty, vyvážená, vhodná do domácího ošetření.

- **Indikace:** u pacientů bez dietního omezení

Dieta č. 3 – ZÁKLADNÍ

čaj, makovky, máslo, jablko	polévka pórková, smažené rybí filé, brambory, salát z hlávkového salátu	croissant, mléko	chléb Moskva, pomazánka sýrová s tvarohem, pomeranč
rohlíky, lučina, paprika	polévka z kostí s játrovou rýží, plněné bramborové knedlíky, špenát	rohlík, kakao	vločkový nákyp s ovocem, ovocná šťáva
šunka, žervé, jogurty, pudinky, pomazánky, paštiky, džem	polévka luštěninová, boršč, z kostí, zeleninová	nápoj + pečivo	teplá nebo studená

Dieta č. 4 – S OMEZENÍM TUKU

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

- Lehce stravitelná, plnohodnotná, nenadýmavá, šetřící, nedráždivá.
- Vhodná k dlouhodobému podávání.
- Vhodná do domácího ošetření.
- Často bývá nesnášenlivost mléka, proto mléko vyřazujeme jako samostatný nápoj a používáme jej jen na přípravu pokrmů.

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

Dieta č. 4 – S OMEZENÍM TUKŮ

čaj s mlékem, housky, Flora, tavený sýr, grep	polévka květáková, masové rizoto, zeleninová obloha	bílá káva, veka	dušené filé, bramborová kaše, jablkový kompot
bílá káva, vánočka, máslo, med, banán	polévka bramborová, hovězí pečeně, dušený špenát, jemný houskový knedlík	pečivo, čaj s mlékem	drůbeží pomazánka, rohlíky
čaj s mlékem, veka, máslo, ovocný jogurt, jablko	polévka z kostí s kapáním, vepřový přírodní plátek, těstoviny, mrkvový salát	houska, čaj	hovězí závitok, brambory, ovocný salát

Dieta č. 5 – S OMEZENÍM ZBYTŮ

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

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

- Plnohodnotná, šetřící, nenadýmavá, lehce stravitelná, nedráždivá.
- S omezením vlákniny, omezujeme syrovou zeleninu i výběr ovoce, dieta z tohoto důvodu neobsahuje potřebné množství vitamínu C (suplementace).
- Dieta má II. večeři bílkovinného charakteru (nahrazení zvýšených ztrát bílkovin průjmy).
- Omezujeme podávání mléka – individuální snášenlivost.

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

Dieta č. 6 – S OMEZENÍM PROTEINŮ

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

- **Dávka bílkovin snížena asi na polovinu běžných hodnot.**
 - hradit plnohodnotnými bílkovinami (živočišné na úkor rostlinných)
- **Strava se připravuje neslaná.**
 - slaná chuť se zastírá vhodným kořením
- **Maso se zařazuje 1x denně v poloviční porci.**
- **Porci masa opticky zvětšit.**
- **Omezení draslíku a fosforu.**

- **Indikace: onemocnění ledvin, léčená renální insuficience**
 - ***Nevhodná pro dialyzované pacienty!!***

Dieta č. 8 – REDUKČNÍ

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

- Energeticky limitovaná.
- Vyloučen cukr, med, potraviny obsahující cukr.
- Potraviny s nízkým obsahem tuků.
- Základ diety zelenina, ovoce, bílkovinné potraviny.
- Rozdělení do 6 denních dávek.

• **Indikace:** dieta pro obézní pacienty i diabetiky i pro pacienty s nadváhou

Dieta č. 9 – DIABETICKÁ

8 800 kJ, 250 g S, 80 g T, 90 g B, 90 mg vit. C

- Dieta je základním léčebným prostředkem.
- Rozdělení do 6 denních dávek.
- Množství sacharidů určuje lékař.
- Třetinové rozdělení sacharidů.
- Vylučuje se volný cukr a použitý na přípravu pokrmů.
- Nižší dávka tuků.
- Plnohodnotná, obsahující všechny složky.
- Učíme zvykat si na nesladkou chuť.

• **Indikace:** základní diabetická dieta, vhodná i pro pacienty s poruchou lipidového metabolismu

Dieta č. 10 – NESLANÁ ŠETŘÍCÍ

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

- **Sodík do 350 mg na den.**
- **Vyloučení potravin obsahujících NaCl.**
- **Omezení potravin s vyšším obsahem Na.**
- **Zařazení potravin s vyšším obsahem K.**
- **Zastírat neslanou chuť.**

- **Indikace: otoky, onemocnění srdce a cév**

Dieta č. 11 - VÝŽIVNÁ

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

- Strava pestrá, chutná, lehce stravitelná.
- Zařazujeme oblíbená jídla, 6 denních dávek.
- Bohatší snídaně a přesnídávky, svačinu doplnit máslem.
- Můžeme zařadit předkrm, moučník.
- II. večeře – pečivo, ovoce.
- Potraviny s vyšší energetickou hodnotou v malém objemu.

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

Dieta č. 12 – STRAVA BATOLAT

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

- Pestrá, jednoduché technologické úpravy.
- Tvrdší součásti pomeleme.

- **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

Dieta č. 13 – STRAVA DĚTÍ

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 330 g S, 80 mg vit. C

- Pestrá, s obsahem všech živin.
- Nepřekoreňovat, nepřesolovat.
- Učit jíst příborem.

- **Indikace:** u dětí bez dietního omezení

Dieta č. 14 – SPECIÁLNÍ DIETNÍ POSTUPY

- Výběr pokrmů provádí nutriční terapeut spolu s pacientem dle jídelního lístku, zohledňuje doporučení lékaře a výživové potřeby pacienta.

- **Indikace:** výběrová dieta u pacientů s malnutricí nebo s nutným individuálním přístupem

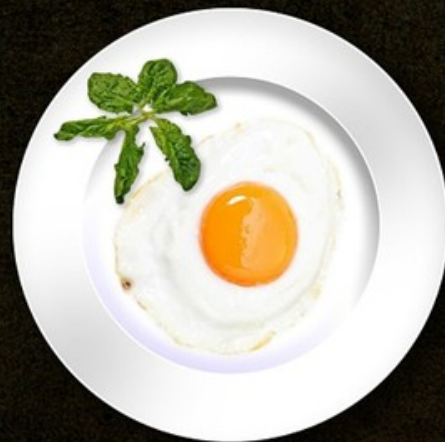
Dieta č. 15 - VEGETARIÁNSKÁ

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

- Odpovídá laktoovovegetariánské stravě.

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

SPECIÁLNÍ DIETY



Dieta č. 0S – ČAJOVÁ DIETA

- Jde pouze o podávání čaje.

- **Indikace:** před operací a po operacích, při úplné parenterální nebo enterální výživě, při krátkodobém hladovění, pokud je pacient v dobrém stavu (např. při žlučové kolice apod.)

Dieta č. 4S – S PŘÍSNÝM OMEZENÍM TUKU

8 900 kJ, 400 g S, 25 g T, 60 g B, 60 mg vit. C

- Technologická úprava bez použití volného tuku, mléka, koření a nadýmavých potravin.
- Přidává se malé množství kuřecího masa (80 g)
- Neplnohodnotná, podává se krátkodobě.
- Nevhodná do domácího ošetření.

- **Indikace:** biliární potíže, pankreatitida, průjmy apod.

Dieta č. 9S – DIABETICKÁ ŠETŘÍCÍ

8 100 kJ, 250 g S, 60 g T, 90 g B, 90 mg vit. C

- Dieta lehce stravitelná, nenadýmavá, nedráždivá, šetřící, s omezením tuků.

- **Indikace:** diabetes s poruchou trávení, s onemocněním jater, žlučníku, slinivky, po žloutence apod.

STANDARDIZOVANÉ DIETY



BLP – BEZLEPKOVÁ DIETA

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

- Dieta je plnohodnotná, dlouhodobé podávání.
- Potraviny z **pšenice** (včetně špaldy a kamutu), **žita**, **ječmene**, **ovsa** a veškeré výrobky a nápoje, které jmenované obiloviny obsahují nebo z nich byly vyrobené jsou zcela vyloučené.
- **Potraviny, u kterých je nutné sledovat složení:**
 - cukrovinky, plněné bonbony, čokolády, nugát, karamely, zmrzliny
 - müsli tyčinky a snídaně cereálie
 - potraviny pro zvláštní výživu
 - kupované majonézy, tatarské a sójové omáčky, polévky v sáčku, instantní směsi na přípravu pokrmu, polotovary nebo hotové pokrmy, těsta

- **Indikace:** při onemocněních tenkého střeva, při kterých enterocyty neprodukují peptidázu, která štěpí gliadin (celiakie, dermatitis herpetiformis Dühring)
- **Při celiakii je striktní dodržování diety jediný způsob, jak zabránit projevům nemoci!**

BL – BEZLAKTÓZOVÁ DIETA

9 000 kJ, 360 g S, 55 g T, 70 g B, vit. C

- Strava připravená bez mléka mléčných výrobků.
- Bez ostrého koření s dietní úpravou při vaření, nenadýmavá, lehce stravitelná.

• **Indikace:** vrozený nedostatek laktázy v tenkém střevě, získaný nedostatek laktázy

P – DIETA PŘI AKUTNÍ PANKREATITIDĚ

I. den: 3 920 kJ, 180 g S, 8 g T, 28 g B, 0 mg vit. C

II. den: 5 300 kJ, 260 g S, 10 g T, 36 g B, 10 mg vit. C

III. den: 6 330 kJ, 320 g S, 10 g T, 37 g B, 20 mg vit. C

IV. den: 6 900 kJ, 320 g S, 25 g T, 50 g B, 30 mg vit. C

42/44

- Pevný rozpis, který umožňuje pozvolný přechod na perorální příjem.
- Po I. – IV. Dnu diety se přechází přes dietu 4S na dietu 4.
- Dieta je neplnohodnotná.

- **Indikace:** rozjídání po akutní pankreatitidě

DD – DIALYZAČNÍ DIETA

- Dieta se zvýšeným obsahem plnohodnotných bílkovin, s omezením draslíku, fosforu a soli.
 - obsah fosforu do 1 000 mg/den
 - obsah draslíku 1 200–1 800 mg/den
- Má druhou večeři.
- Technologická úprava je specifická, vedoucí ke snížení draslíku: louhování, namáčení, krájení na malé kousky, slívání během vaření.
- Dieta je plnohodnotná, vhodná pro dialyzované diabetiky.
- Vhodná do domácího ošetření.
- Složení je 1,5 g B /kg a 150 kJ/kg.

43/44

• **Indikace:** určena pacientům zařazeným do dialyzačního programu

DD – DIALYZAČNÍ DIETA

Čaj, chléb, máslo, lučina	Rohlík, máslo, jablko	Polévka z vaječné jíšky Dušený králík s mrkví, vařené brambory	Ovocný jogurt, rohlík	Masové rizoto, okurkový salát
Bílá káva, rohlíky, flora, vejce	Rohlík, máslo, červená paprika	Polévka cibulová Kuřecí prsa na pórku, těstoviny	Mléko, houska, med, máslo	Vepřový přírodní řízek, brambory, restovaná zelená fazolka
Čaj, chléb, máslo, šunka	Chléb, sýr, jablko	Polévka hovězí s nudlemi Hovězí svíčková, knedlík houskový	Bílá káva, houska	Tvarohová pomazánka s pažitkou, chléb, ledový salát



DĚKUJI ZA
POZORNOST