

# Léčebná výživa u pacientů v Lázních Poděbrady a.s.



Jana Vondráčková, RNT



# Lázně Poděbrady a.s.

## „Na srdce jsou Poděbrady“

Lázně Poděbrady a.s. jsou největší lázeňskou společností ve středních Čechách známou především díky úspěšnému lázeňství již od roku 1908.

Lázně Poděbrady vycházejí ze stoleté tradice a snaží se zcela využít unikátních účinků přírodního zdroje minerální vody „**PODĚBRADKY**“

Léčebné kúry jsou klientům doporučovány na základě jejich zdravotního stavu a jsou v souladu s nejmodernějšími léčebnými metodami.

# ProutkaŘ baron BÜlow r1904



- ▶ Proutkař baron Bülow r 1904 ( při hledání pitné vody) našel:
- ▶ Bülowův pramen - vyvrtán r.1904 v hloubce 95,7 m
- ▶ Pramen Chariclea - navrtán r.1905 v hloubce 86,7 m
- ▶ Pramen Hohenlohe - tzv. zámecký - navrtán r.1904 v hloubce 127 m
  
- ▶ Pramen Milada, Eliška a Libuše - navrtány r. 1910
- ▶ Riegrův pramen navrtán r. 1911 v hloubce 87,2 m
- ▶ Několik dalších pramenů bylo navrtáno r. 1911 ( stoupající spotřebou)



# Lázeňské hotely



- ▶ Hotel G- rex (centrum časně rehabilitace od r. 2002)
- ▶ Hotel Libenský (patří k nejvyhledávanějším hotelům)
- ▶ Hotel Libuše ( kapacitou malý, ale velice oblíbený)
- ▶ Hotel Zámeček (unikátní architektonický skvost)
- ▶ Hotel Zimní lázně (propojený prosklenou chodbou do hotelu Libenský)
- ▶ Rehabilitační centrum Máj (nové ortopedické rehabilitační centrum)
- ▶ Léčebna Dr. L.Filipa (pacienti od 3 let do 18 let)

# Seznam indikací

## ▶ II.NEMOCI OBĚHOVÉHO ÚSTROJÍ:

- ▶ II/1 Symptomatická ischemická choroba srdeční
- ▶ II/2 Stav infarktu myokardu ( do roka IM)
- ▶ II/3 Hypertenze nemoc II. Až III. Stupně
- ▶ II/4 Onemocnění tepen dolních končetin
- ▶ II/5 Funkční poruchy periferních cév a stavy po trombózách
- ▶ II/6 Stav po kardiochirurgických výkonech- z domova (do 3 měsíců po výkonu)
- ▶ II/99 Stav po kardiochirurgických výkonech- přímý překlad z lůžka na lůžko
- ▶ II/7 Stav po perkutánní transluminární koronární angioplastice ( PTCA)
- ▶ II/8 Stav po revaskularizaci cév mimo srdce - do 4 měsíců od operace
- ▶ II/9 Stav po transplantaci srdce

▶ **NEMOCI Z PORUCHY VÝMĚNY LÁTKOVÉ A ŽLÁZ S VNITŘNÍ SEKRECÍ :**

▶ IV/1 Diabetes mellitus

▶ **NEMOCI NERVOVÉ:**

▶ VI/2 Polyneuropatie s paretickými projevy

▶ VI/3 Kořenové syndromy s iritačně - zánikovým syndromem

▶ **NEMOCI POHYBOVÉHO ÚSTROJÍ:**

▶ VII/1 Revmatoidní artritida I. - IV. Stádia

▶ VII/2 Bechtěrevova choroba

▶ VII/3 Ostatní séronegativní spondaritis

▶ VII/4 Mimokloubní revmatismus

▶ VII/6 Bolestivé syndromy šlach

▶ VII/7 Koxartróza, gonartróza

▶ VIII/8 Artróza v ostatních lokalizacích, artropatie



- ▶ **NEMOCI POHYBOVÉHO ÚSTROJÍ :**
- ▶ VII/9 Chronický vertebrogenní algický syndrom funkčního původu
- ▶ VII/10 Stav po ortopedických operacích - do 3 měsíců od operace
- ▶ VII/11 Stav po úrazech a ortopedických operacích do 6 měsíců od úrazu



# Součástí komplexní léčby je i léčebná výživa

- ▶ Základní dietou je dieta č. 7 nízkocholesterolová
- ▶ Dále se používají diety:
- ▶ D.č.3 racionální
- ▶ D.č.2 šetřící
- ▶ D.č.9/2 - diabetická šetřící
- ▶ 9/150g - 9/275 g diabetická
- ▶ D.č.8 redukční





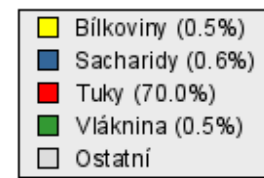
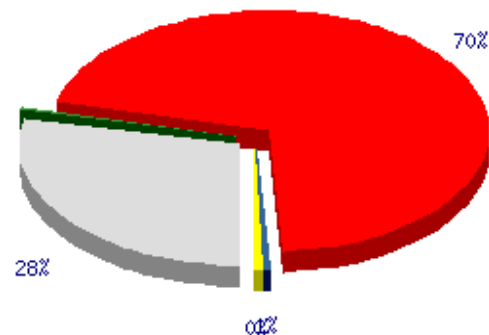
# Individuální diety:

- ▶ Bezlepková, nízkobílkovinná, při intoleranci laktózy, vegetariánská, nízkokáliová, potravinové alergie ( 10 - 15 použitelných potravin)
- ▶ Košér strava - dle možností v našich podmínkách





# Základní dietou je dieta nízkocholesterolová



- ▶ Strava musí být plnohodnotná a energeticky vyvážená
- ▶ Denní dávka cholesterolu je 250 - 280 mg
- ▶ Strava je podávána 5x - 6x denně
- ▶ Omezení soli- slánky jsou na požádání
- ▶ Pitný režim - nápoje - citronová voda, ovocný čaj (po celý den)
- ▶ Ve stravě omezujeme tuky - především živočišného původu, nahrazujeme je tuky rostlinného původu : Flóra, jednodruhový olej (řepkový)
- ▶ Mléčné výrobky - do 30% tuku v sušině (1,5% tuku)- zakysané výrobky
- ▶ Masa libová - hovězí zadní, vepřová kýta, kuřecí, krůtí, králíčí
- ▶ Uzeniny- s vysokým obsahem masa (92%) - šunka vepř., šunka drůbeží, krůtí fileť

- ▶ Ryby - 2 x týdně - ve formě pomazánek nebo pečené ,dušené ryby se zeleninou
- ▶ Vejce - 2 x týdně - nahrazujeme je sušenými bílky
- ▶ Obiloviny - celozrnné pečivo, celozrnné bezvaječné těstoviny
- ▶ Ovoce a zelenina - podává každý den ( zeleninu syrovou ve formě salátů, dušenou)
- ▶ Luštěniny - zařazujeme 1 x - 2x týdně (příloha, polévka)
- ▶ Nápoje - neslazené a nesycené - pitná voda



# Léčebná výživa - stravování:

- ▶ V našich lázních se léčí tuzemští i zahraniční klienti
- ▶ Dietu klientům vždy určí lékař při vstupní prohlídce
- ▶ Jídelní lístky pro veškeré základní diety jsou sestaveny ve čtyřtýdenním plánu
- ▶ Jídelníčky jsou sestaveny tak, aby byly dodrženy veškeré požadované nutriční hodnoty
- ▶ Jídelníček je přizpůsoben i pro pacienty s antikoagulační léčbou- označen W
- ▶ Výběr je ze tří až čtyř jídel ( třetí výběr je bezmasý, vhodný pro vegetariány)
- ▶ Výběr je určen pro D.č.3,7,9 (ostatní diety jsou bez výběru D.č.2,9/2,8)





# Stravovací kartičky pro českou klientelu



# Stravovací kartičky pro cizineckou klientelu

The image displays three food service cards for foreign clients, arranged vertically. Each card features a logo of a bird in a nest and specific fields for personal and dietary information.

**Top Card: BAD PODĚBRADY AG. VERPFLEGUNGSKARTE**

|          |                |                   |           |
|----------|----------------|-------------------|-----------|
| Name     |                | Arrival           | Departure |
| Diet No. | Table No.      | Änderungen        |           |
| 7        | Lunchplättchen | geröstet          |           |
|          |                | halbiert          |           |
|          |                | ohne Plättchen    |           |
|          |                | mit dem Frühstück |           |

**Middle Card: Spa Poděbrady JSC. BOARD CARD**

|                     |       |         |           |
|---------------------|-------|---------|-----------|
| Name, surname       |       | Arrival | Departure |
| Diet No.            | Table | Changes |           |
| Travel snack packet |       | FBT     |           |
| (Without packet)    |       | HBT     |           |
|                     |       | BB      |           |

**Bottom Card: Курорт Подебрады а.о. Талон на еду**

|                  |      |                     |        |
|------------------|------|---------------------|--------|
| Имя, фамилия     |      | Приезд              | Отъезд |
| Дieta            | Стол | Изменения           |        |
| Дорожный завтрак |      | Возврат завтрака    |        |
|                  |      | Полуживот. завтраки |        |
| Всё завтраки     |      | Узбеки              |        |





# Podávání stravy (tuzemští pacienti)

- ▶ Strava je podávána na jídelnách s obsluhou
- ▶ Snídaně + přesnídávka: kontinentální s doplňkovým rautem
- ▶ Oběd: ze tří až čtyř výběrů + saláty, nápoje
- ▶ Svačina: podává se při obědě ( ovoce, jogurt, moučník, ovocná přesnídávka)
- ▶ Večeře: ze tří až čtyř výběrů + saláty, nápoje
- ▶ II.Večeře: ovoce - pro všechny diabetiky
- ▶ Chléb s bílk.přídavkem - pro diabetiky s inzulínem(chléb 30g+ šunka, sýr, salám 50g)



# Podávání stravy (pro cizince)

► Strava je podávána na jídelnách s obsluhou

► Snídaně : bufetu

► Oběd: čtyř výběrů + saláty, nápoje

► Svačina: podává se při obědě

► Večeře: čtyř výběrů + saláty, nápoje



# Jídelní lístek:

|                                                                                   |                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                                                                                        |
| LÁZNĚ PODĚBRADY, a.s.                                                             |                                                                                        |
| <b>Jídelní lístek</b>                                                             |                                                                                        |
| Dne : 10.10. 2016    pondělí    I. Týden                                          |                                                                                        |
| <b>Snídaně + přesnídávka:</b>                                                     |                                                                                        |
| 3,7,7W                                                                            | Káva, čaj, chléb, rohlíky, flóra 20g, šunka vepřová 50g, sýr eidam 30g (1,7)           |
| 2                                                                                 | Mléko, čaj, veka, rohlíky, flóra 20g, šunka vepřová 50g, sýr eidam 30g (1,7)           |
| 8,9/150g                                                                          | Mléko, čaj, chléb černý, šunka vepřová 50g, ovoce 1ks (1,7)                            |
| 9,9W                                                                              | Káva, čaj, chléb černý, flóra 20g, šunka vepřová 50g, sýr eidam 30g, ovoce 1ks (1,7)   |
| 9/2                                                                               | Mléko, čaj, veka, rohlík, flóra 20g, šunka vepřová 50g, sýr eidam 30g, ovoce 1ks (1,7) |
| Raut:                                                                             | Kukuřičné lupínky, müsli, jogurt bílý, zelenina (1,7,8)                                |
| ZP + PRÍS.                                                                        | Voda Cristaline 1 ks                                                                   |
| <b>Oběd:</b>                                                                      |                                                                                        |
| Vš.                                                                               | Polévka hovězí s vlasovými nudlemi (1,3,7,9,13)                                        |
| 8,9/150g                                                                          | Džus dia 0,2 l (7)                                                                     |
| 3,7,9. I.                                                                         | Kuřecí kapsa plněná špenátem, vařené brambory, salát okurkový (1,3,7,9,10) 100g bk     |
| 3,7,9. W. II.                                                                     | Zvěřina na zelenině, vídeňské knedlíky (1,3,7,9,10) 100g bk                            |
| 3,7,9. III.                                                                       | Zapečená zelenina se šmakounem, brambory, salát okurkový (1,3,7,9,10) 100g             |
| 3. IV.                                                                            | Hovězí roštěná přírodní, dušená rýže, salát okurkový (1,7) 100g bk                     |
| 2,9/2                                                                             | Kuřecí plátek přírodní, zeleninový nákyp, brambory (1,3,7) 100g bk                     |
| 8,9/150g                                                                          | Kuřecí kapsa plněná špenátem, zel. obloha, salát okurkový (1,3,7,9,10) 100g bk         |
| vš.                                                                               | Citronová, voda, čaj s citronem                                                        |
| <b>Svačina: - podává se při obědě!!!</b>                                          |                                                                                        |
| Vš.                                                                               | Ovoce 1ks                                                                              |
| 9,9/2 inzul.                                                                      | Activia 1ks (7)                                                                        |
| <b>Večeře:</b>                                                                    |                                                                                        |
| 3,7,9.W I.                                                                        | Vepřový džuveč se zeleninou, dušená rýže (1,3,7,9) 100g bk                             |
| 3,7,9.W II.                                                                       | Hovězí roštěná se šunkou a sýrem, brambory, salát mrkvový (1,3,7,9) 100g bk            |
| 3,7.W III.                                                                        | Jáhlová kaše s medem a jablky, kompot (7)                                              |
| 3. IV.                                                                            | Těstovinový salát se šunkou, sýrem a zeleninou, salát mrkvový (1,3,7,9,10,13) 50g      |
| 2,9/2                                                                             | Vepřová kýta na jablkách, rýže, kompot i dia (1) 100g bk                               |
| 8,9/150g                                                                          | Vepřový džuveč se zeleninou, salát mrkvový (1,3,7,9) 100g bk                           |
| vš.                                                                               | Citronová voda, čaj s citronem                                                         |
| <b>Večeře II:</b>                                                                 |                                                                                        |
| 9,9/2 + inzul. +doprovody                                                         | Ovoce                                                                                  |
| 9,9/2 inzul.                                                                      | Sýr primátor 50g, chléb 30g (1,7)                                                      |
| <b>LÉČEBNÁ VÝŽIVA OBSAHUJE ALERGENY, INFORMACE ZÍSKÁTE U NUTRIČNÍCH TERAPEUTK</b> |                                                                                        |

# Výběrový lístek :

## Lázně Poděbrady a.s. Výběrový lístek

Středa: 12.10. 2016

I.týden

### Výběry pro dietu:

#### Oběd:

- |                                                                   |          |
|-------------------------------------------------------------------|----------|
| I. Vepřová pečeně, karotka, brambory                              | 3,7, 9,W |
| II. Hovězí po zahradnicku, krupicové noky                         | 3,7,9,W  |
| III. Bílková sedlina, špenát, brambory<br>/W – za špenát – salát/ | 3,7, 9,W |
| IV. Omeleta plněná žampiony, šťouchané.bram.                      | 3        |

#### Večeře:

- |                                       |          |
|---------------------------------------|----------|
| I. Studená mísa, chléb                | 3,7, 9,W |
| II. Studená mísa s krutí šunko, chléb | 3,7,9,W  |
| III. Studená mísa sýrová, chléb       | 3,7,9,W  |
| IV. Katův šleh, dušená rýže           | 3        |

## Lázně Poděbrady a.s. Výběrový lístek

Čtvrtek: 13.10. 2016

I.týden

### Výběry pro dietu:

#### Oběd:

- |                                                                                  |          |
|----------------------------------------------------------------------------------|----------|
| I. Hov.maso vařené, rajská omáčka, houskový knedlík                              | 3,7, 9,W |
| II. Vepřové na kmíně, zelený hrášek, brambory<br>/W- za hrášek- vařená kukuřice/ | 3,7,9,W  |
| III. Špagety se zeleninou a sýrem                                                | 3,7, 9,W |
| IV. Holandský řízek, bramborová kaše                                             | 3        |

#### Večeře:

- |                                            |         |
|--------------------------------------------|---------|
| I. Kuře pečeně, zeleninový nákyp, brambory | 3,7, 9  |
| II. Hov.plátek na zeleném pepři, pohanka   | 3,7,9,W |
| III. Rýžový nákyp s ovocem, kompot         | 3,7,W   |
| IV. Vepřový guláš na pívě, těstoviny       | 3       |

# Informace pro klienty:

- ▶ Pacienti mají možnost individuálních konzultací s nutričními terapeutkami
- ▶ Pacienti jsou informováni o vhodném způsobu stravování a výběru potravin
- ▶ Pacientům můžeme nabídnout ukázkové jídelníčky s výběrem potravin u konkrétní diety
- ▶ Podle zájmu obdrží i receptury jednotlivých jídel s technologickou úpravou
- ▶ Jsou pacienti, kteří rádi využívají této možnosti a spolupracují



Klienti se ve většině případů do našich lázní rádi vracejí.  
Snažíme se jim zajistit například stejné pokoje či apartmány,  
stejný stůl jako měli vloni a roky před tím.

Úsměv a milé přivítání je samozřejmostí.





Děkuji za pozornost