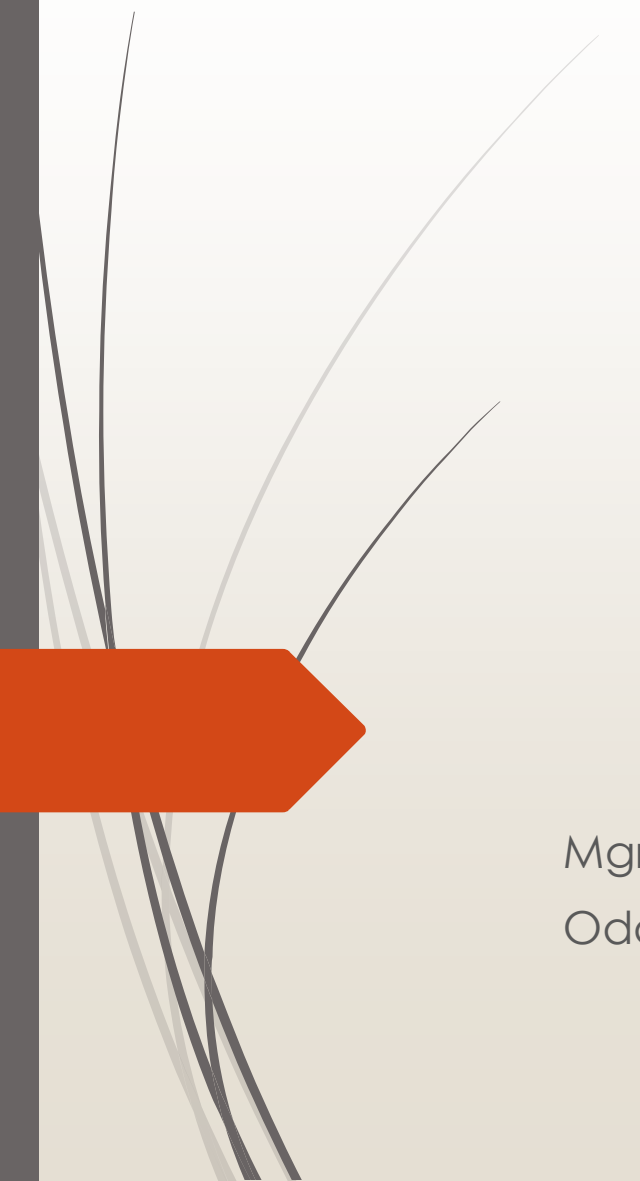




Dietní režim v průběhu intenzivní hematoonkologické léčby

Mgr. Miroslava Matějková, DiS.

Oddělení nutričních terapeutů, VFN Praha

Pardubice
3. října 2017



Zásady nízkomikrobiální diety

- Potraviny **zdravotně nezávadné** (barva, vůně, konzistence)
- Kontrola – **obal / doba použitelnosti / trvanlivosti**
- Vhodné skladovací podmínky
- **Hygiena při manipulaci s potravinami / přípravě pokrmů**
- Voda jen z ověřeného zdroje (převařená / speciální)
- **Tepelné zpracování potravin!**
- Připravenou stravu podávat pouze čerstvou
- Koření nepřidávat do hotového pokrmu



Mléko a mléčné výrobky

➤ Vhodné

- Mléko - jen označené UHT, Tavené sýry, tvrdé sýry
 - Zabalené v alobalu, vakuově balené
- Mléčné výrobky vyrobené z mléka ošetřeného UHT
- Jogurty bez živých kultur (termizované tvarohy, termix)

➤ Nevhodné

- Krájené vážené sýry, Plísňové sýry, Jogurty obohacené živými kulturami, Zakysané mléčné výrobky

➤ Probiotika - POZOR



Maso, uzeniny, vejce

➤ Vhodné

- Maso vždy tepelně upravené
- Salámy a šunky - komerčně zabalené, vakuově balené

➤ Nevhodné

- Zabíjačky (tlačenky, ovary, sekaná apod.)
- Syrové maso (např. „tatarák“)
- Salámy s plísní na povrchu
- Uzeniny vyráběné sušením syrového masa (Lovecký, Poličan, Herkules), Krájené vážené salámy prodávané za pultem

- **Vejce** - vhodná dobře tepelně upravená



Pečivo, přílohy, pochutiny

➤ Vhodné

- Všechny čerstvé druhy pečiva
- Chipsy, preclíky, popcorn, tortilla, vafle
- Vařené obiloviny, těstoviny, rýže, brambory

➤ Nevhodné

- Špatně skladované pečivo (riziko zaplísnění!)
- Pečivo a posypem (slunečnice, sezam, mák)
- Lahůdky obecně



Ovoce, ořechy, zelenina

➤ Vhodné

- Tepelně upravené, sterilované druhy, kompoty
- Z čerstvých druhů pouze ty, které lze oloupat
- Kompoty a džemy - komerčně vyrobené
- Ořechy - tepelně upravené v pečivu

➤ Nevhodné

- Druhy které nejde dobře umýt (maliny apod.)
- Ořechy a sušené ovoce (plísňě)



Ostatní

➤ Vhodné

- Kvalitní tuky (balené máslo, margarín)
- Balené potraviny / pochutiny (př. sušenka)
- Balená voda, minerální balené vody

➤ Nevhodné

- Koření (bez tepelné úpravy), med
- Zákusky
- Tepelně neupravené ořechy, vločky, müsli



Od teorie k praxi...

Dieta „ROZ/3“ – III. varianty

- Dieta racionální č. 3 (I., II., III. varianta)
 - cca 9500 kJ
 - 80 g bílkovin, 70 g tuků a 320 g sacharidů / den
 - Výběr komodit potravin prakticky neomezený
 - Platí zásada zdravé výživy
 - Ve III. variantě namísto teplého jídla:
 - Pečivo (sacharidy)
 - Bílkovinná složka: vejce, žervé, tvrdý sýr, šunka
 - Tuky – máslo, margarín
 - K obědu zachována polévka jako zdroj tekutin

Dieta „ROZ/3“ – III. varianty

1. týden	Energie (kJ)	Bílkoviny (g)	Tuky (g)	Sacharidy (g)
I. varianta	10 383	91,1	83,8	358,7
II. varianta	10 133	96,3	79,2	338,6
III. varianta	11 006	87,3	83,5	387,9

2. týden	Energie (kJ)	Bílkoviny (g)	Tuky (g)	Sacharidy (g)
I. varianta	10 024	90,0	77,0	348,5
II. varianta	9 855	98,1	75,0	327,8
III. varianta	11 507	95,3	85,0	409,6

Dieta „ROZ/3“ – III. varianty

	Snídaně - Pondělí
1	Mléko polotučné 0,2l. Houska 2ks. Máslo. Sýr tavený 50g. Přesnídávka.
2	Káva 0,25l. Chléb. Máslo. Lučina. Džus.
3	Káva 0,25l. Veka. Máslo. Med. Přesnídávka.
	Oběd - Pondělí
1	Polévka drůbková s kapáním. Zapečené těstoviny s vepřovým masem, sýrem, brokolicí. Okurka sterilovaná.
2	Pol.drůbková s kapáním. Selská omeleta. Kompot meruňkový.
3	Pol.krupicová. Žervé malé. Vejce vařené. Flora. Chléb. Džus.
	Svačina - Pondělí
1	Mléko 0,2l. Houska.
2	Jogurt beskydský. Piškoty.
	Večeře - Pondělí
1	Sekaná pečeně. Brambory. Máslo. Kompot ananasový.
2	Boloňské těstoviny se sýrem. Džus.
3	Jogurt beskydský. Sýr tavený. Houska 2 ks.

Dieta „ROZ/3“ – III. varianty

Tabletový systém ve VFN



Dieta „ROZ/3“ – III. varianty

Tabletový systém ve VFN



Dieta „ROZ/3“ – III. varianty

Tabletový systém ve VFN



Dieta „ROZ/3“ – III. varianty

Tabletový systém ve VFN





Algoritmus nutriční péče na transplantační jednotce ve VFN

- 10 LŮŽEK NA TRANSPLANTAČNÍ JEDNOTCE
- Individualizovaný nutriční přístup
- Pacienti mají možnost výběru na týden
 - Při nechutenství a zvracení si mohou vybrat ze studené varianty
- Pokud si ani z výběrové diety nevyberou, mají možnost ROZ diety
 - Připraví kuchař stravu dle receptury nutriční terapeutky
- Nutriční terapeut pravidelně předkládá ošetřujícímu lékaři nutriční bilance, pokud je strava nedostačující, navrhuje nutriční intervence (sipping, modulární dietetika, úprava stravy či enterální výživa)
- Aktivní spolupráce také s lékařem nutricionistou, kterému nutriční terapeut před nutričním konziliem připraví všechny potřebné podklady, zúčastní se nutričního konzilia.

Rozepsaná dieta

I. Interní klinika

Jméno: JAN NOVÁK

Oběd:

- Brokolicová polévka mixovaná (konzistence na lžičku)
- Mixovaný květák s omáčkou z bylinek (konzistence na lžičku)
- Bramborová kaše

Receptura:

- Brokolicová polévka mixovaná
10 g másla, 10 g hladké mouky, 40 g brokolice, sůl, bílý pepř, muškátový oříšek, ½ ks Fresubin Neutral,
Z másla a mouky připravíme světlou jíšku. Zředíme vodou, rozmícháme a povaříme asi 10 minut. Přidáme brokolici, osolíme a vaříme do měkka. Polévku rozmixujeme, okořeníme a zjemníme Fresubinem. Povaříme a následně rozmixujeme
- Mixovaný květák s omáčkou z bylinek
150 g kvěťáku, sůl, voda, 20 g hladké mouky, 100 ml smetany, ½ Nutridrink neutral, pažitka, petrželová nať, sůl, bazalka, pepř
Květák uvaříme v osolené vodě do měkka. Malé množství vývaru z kvěťáku rozmícháme s moukou a nalijeme do zbylého vývaru. Provaříme a přilijeme smetanu smíchanou s Nutridinkem. Bylinky nasekáme nadrobno do hotové omáčky, osolíme a okořeníme. Omáčku a kvěťák rozmixujeme dohladka.

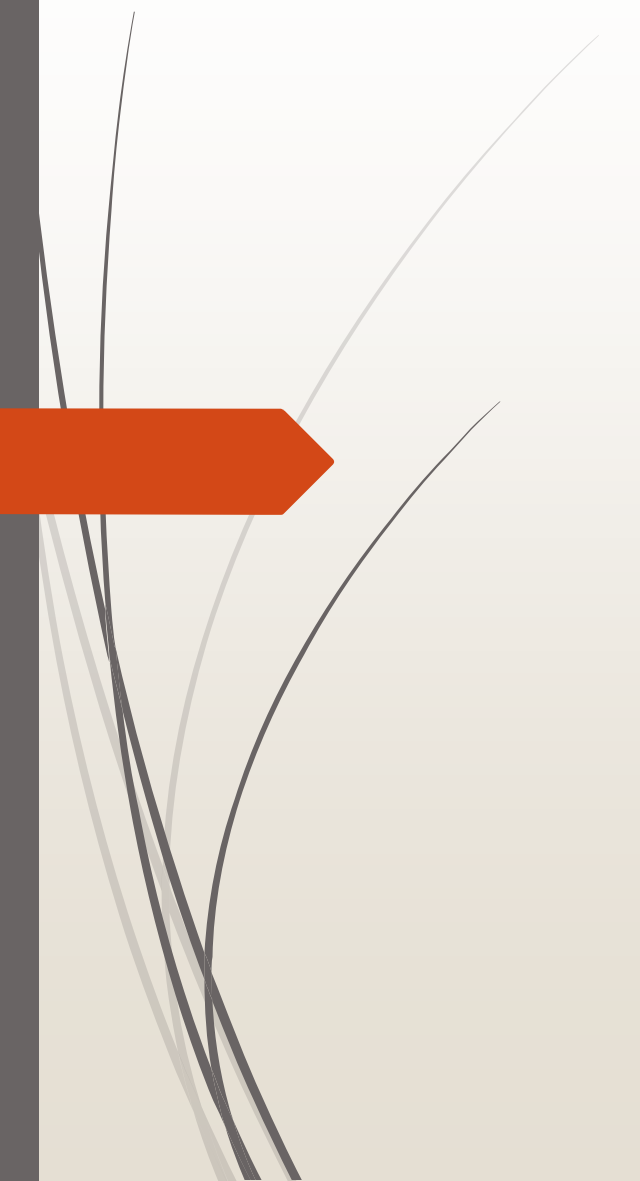
Příprava rozepsané diety





Názory pacientů na zlepšení stravy

- Subjektivní pocit **lepší tolerance** podávaného jídla
- **Omezení nevolností** při odklopení tácu s podávanou stravou = eliminace pachů oproti teplým jídlům
- Polévka dobře tolerovaná = **teplá a snadno stravitelná**
- **Nemusí sníst celou porci** (např. vhodná strava i mimo čas oběda)
- Identická kopie: „**domácí studená kuchyně**“



Děkuji za pozornost

Mgr. Miroslava Matějková, DiS.
Oddělení nutričních terapeutů, VFN Praha

miroslava.matejkova@vfn.cz