

## **Současný pohled na správnou výživu diabetika**

**MUDr. Marcela Szabó**

**Diabetologická ambulance, Poliklinika Barrandov, Praha 5**

Pacienti trpící diabetem představují velmi heterogenní skupinu nemocných. Diabetes mellitus 1. typu, 2. typu, sekundární diabetes a gestační diabetes se liší nejen etiologií vzniku nemoci, ale také léčbou včetně a léčby dietní. I v rámci jednoho typu diabetu je nutný individuální nutriční přístup. Ten musí naplňovat nejen zásady zdravé výživy, ale zároveň být prevencí a/nebo léčbou komplikací diabetu. Je to právě prevence vzniku a postupu dlouhodobých komplikací diabetu jak makrovaskulárních (srdečně-cévní nemoci), tak mikrovaskulárních (diabetická retinopatie, nefropatie, neuropatie), které představují vlastní cíl léčby diabetika.

Nutriční léčba je vždy součástí komplexního terapeutického plánu. Nejvýraznější efekt dietní intervence pozorujeme v době stanovení diagnózy diabetu a krátce po té – pacient je v této době nejvíce motivován ke změně svých stravovacích návyků. Diabetes mellitus je však nemocí chronickou a progredující, proto opakovaná dietní reedukace je nutná po celou dobu života pacienta s diabetem.