

Výživa dětí s cystickou fibrózou – kazuistiky

Zuzana Vítková DiS.

II. Dětská léčebna Miramonti, Lázně Luhačovice, a.s.

Cystická fibróza (dále jen CF) je závažné dědičně podmíněné onemocnění postihující zejména dýchací a trávicí systém. Podstatou choroby je mutace CFTR genu, který řídí činnost takzvaného chloridového kanálku v membráně buněk. V důsledku toho dochází ke špatnému přenosu solí přes buněčnou membránu. Pot nemocných dětí obsahuje 5x více solí než u zdravého člověka. Zejména pak v létě, kdy se lidé více potí, se u nemocných mohou na kůži vyskytovat bílé krystalky soli – odtud pochází i název „slané děti“.

CF se projevuje dýchacími nebo trávicími problémy. V dýchacích cestách se nemocným tvoří hustý hlen, ve kterém se dobře usídlují bakterie nebo nečistoty. Nemocní CF mohou mít plíce osídleny bakteriemi specifickými pouze pro takto nemocné. Chronická infekce zhoršuje průběh celého onemocnění. Nemocní s CF špatně tráví potravu a to až v 85 procentech případů. I přesto, že hodně jedí, neprospívají a nepřibývají na váze. Organismus čerpá energii z tukových zásob, které jsou u pacientů s CF většinou nedostatečné. Jelikož tuky nedokážou energeticky vyživit všechny orgány, tělo spaluje i svaly, které štěpí na aminokyseliny a přeměňují se na cukry. Podvýživa pacientů s CF bývá tedy častým problémem a souvisí hlavně s narušeným vstřebáváním živin v trávicím traktu. Nedostatečný přísun živin, zejména nedostatek bílkovin, vede k poruchám tvorby svalové hmoty a mnohdy naopak dochází k jejímu odbourávání, protože organismus nutně potřebuje bílkoviny k zachování biochemických reakcí.

Častou komplikací CF je cukrovka, cirhóza jater, osteoporóza a další. Proto stále platí nezbytnost včasného stanovení diagnózy a zahájení intenzivní léčby nemocných a zlepšení kvality jejich života. Ke zlepšení situace přispělo zavedení novorozeneckého screeningu v roce 2009.

V prezentaci jsou uváděny krátké kazuistiky diagnostikovaných pacientů. Základním pravidlem výživy CF pacientů je nabízet pokrmy, které v malém objemu poskytují velké množství energie. V podstatě z každého běžně podávaného jídla se dá připravit vysoko kalorický pokrm, který splňuje podmínky pro začlenění do každodenního jídelníčku CF pacienta. Nejvyšší energetickou hodnotu mají tuky.

Tuky představují v rámci výživy člověka nejkonzentrovanější zdroj energie, proto jsou ve výživě CF pacientů doporučovány v neomezeném množství. Ideální je, když 35 – 40 % celkového energetického příjmu během dne pochází z tukových složek potravy. Mezi potraviny

s vysokým obsahem tuku zařazujeme rostlinné oleje, máslo, sýry, smetanu, ořechy, semena, majonézu, avokádo, kokos a smažené pokrmy.

Bílkoviny přijímané prostřednictvím potravin umožňují růst a vývoj lidského organismu. Bylo publikováno více studií o výživě dětí s CF, které doporučují denní příjem bílkovin až do výše 3 – 4 g/kg/den.

Sacharidy v souvislosti s potřebou vysokokalorické stravy u CF pacientů by měly tvořit 45 – 50 % celkového energetického příjmu. Je vhodné zaměřit pozornost na tzv. komplexní sacharidy (celozrnný chléb a pečivo, rýže, ovesné a kukuřičné vločky, těstoviny), které se v organismu štěpí postupně a glukóza se dostává do krevního řečiště v pravidelných malých dávkách. Vlákna na sebe v organismu váže vodu a toxické látky, čímž podporuje správnou funkci střev. Doporučená denní dávka vlákniny u dětí je 10 – 15g.

Velmi důležité je proto sestavení individuálního nutričního plánu s vysoko kalorickou stravou. Důvodem je samozřejmě specifický energetický příjem ze stravy. Prvním spolehlivým měřítkem toho, jestli konzumovaná strava je pro CF pacienta energeticky dostatečná, je jeho pravidelné měření a vážení. Druhým měřítkem dostatečně energeticky bohaté stravy je posouzení množství přijatého jídla odborníkem na výživu, proto spolupráce nutričního terapeuta je velice důležitá.