
OBSAH

Úvod	5
I. část	
Hlavní zásady správné výživy a dietiky	9
II. část	
Jednotlivé diety (hlavní zásady)	29
1. Dieta při alergických onemocněních	38
2. Dieta při cukrovce	41
3. Dieta při dyspepsiích	44
Funkční žaludeční dyspepsie	44
Prudký žaludeční katar	45
Chronický žaludeční katar	46
Funkční střevní dyspepsie	48
Prudký střevní katar	50
Vleklý střevní katar	51
4. Dieta při hypertenzní nemoci	52
5. Dieta při chronické pankreatitidě (zánětu slivky břišní)	53
6. Dieta při infekční žloutence	56
7. Dieta při jaterních chorobách	58
8. Dieta při kornatění tepen	60
9. Dieta při ledvinových onemocněních, včetně nemocí močových cest	63
10. Dieta při otylosti	67
	215

11. Dieta při srdečních chorobách	71
12. Dieta při tuberkulóze	73
13. Dieta při vředové chorobě	75
14. Dieta po operaci žaludku	78
15. Dieta při žlučnickovém onemocnění	81
16. Dieta po operaci žlučníku	84
17. Dieta při zácpě	84
18. Zásady stravování za určitých podmínek	87
V těhotenství	87
V dětství	89
Průměrné hodnoty výživy pracujících	91
Ve vyšším věku	92

III. část

Jednotlivé diety — doporučené a zakázané potraviny u jednotlivých diet	93
1. Dieta při alergických onemocněních	95
2. Dieta při cukrovce	96
3. Dieta při dyspepsiích	98
4. Dieta při hypertenzní nemoci	100
5. Dieta při chronické pankreatitidě	101
6. Dieta při infekční žloutence	103
7. Dieta při jaterních chorobách	105
8. Dieta při kornatění tepen	106
9. Dieta při ledvinových nemocech, včetně nemocí močových cest	108
10. Dieta při otylosti	109
11. Dieta při srdečních chorobách	111
Dieta č. 3 — racionální	111
Dieta č. 10 — neslaná	112
12. Dieta při tuberkulóze	113
13. Dieta při vředové chorobě	113
Dieta šetřící č. 1	114

Dieta šetřící přísná č. 1a	115
Dieta č. 2 lehce stravitelná, chuťově vý- razná	117
14. Dieta po operaci žaludku	118
15. Dieta při žlučnickovém onemocnění	118
16. Dieta po operaci žlučníku	119
17. Dieta při zácpě	120
Prostá zácpa	120
Spastická zácpa	121
18. Dieta a zásady stravování za určitých pod- mínek	122

IV. část

Vhodná úprava potravin a pokrmů (u jednotlivých diet)	125
1. Dieta při alergických onemocněních	127
2. Dieta při cukrovce	127
3. Dieta při dyspepsiích	128
4. Dieta při hypertenzní nemoci	128
5. Dieta při chronické pankreatitidě	129
6. Dieta při infekční žloutence	130
7. Dieta při jaterních chorobách	131
8. Dieta při kornatění tepen	132
9. Dieta při ledvinových nemocech	133
10. Dieta při otylosti	134
11. Dieta při srdečních chorobách	134
Dieta č. 3	134
Dieta č. 10	134
12. Dieta při tuberkulóze	135
13. Dieta při vředové chorobě	135
Dieta č. 1 šetřící	135
Dieta šetřící přísná 1a nebo 1b	136
Dieta č. 2 — lehce stravitelná, chuťově vý- razná (dráždivá)	137

14. Dieta po operaci žaludku	138
15. Dieta při žlučnickovém onemocnění	138
16. Dieta po operaci žlučníku	140
17. Dieta při zácpě	140
18. Dieta a zásady stravování za určitých podmínek	141

V. část

Příklady jídelníčků (a jednotlivých diet)	143
1. Dieta při alergických onemocněních	145
2. Dieta při cukrovce	147
3. Dieta při dyspepsiích	152
4. Dieta při hypertenzní nemoci	156
5. Dieta při chronické pankreatitidě	157
6. Dieta při infekční žloutence	160
7. Dieta při jaterních chorobách	161
8. Dieta při kornatění tepen	162
9. Dieta při ledvinových onemocněních	164
10. Dieta při otylosti	171
11. Dieta při srdečních chorobách	172
12. Dieta při tuberkulóze	175
13. Dieta při vředové chorobě	177
Dieta č. 1 — šetrící	177
Dieta přísně šetrící 1a, 1b	179
Dieta č. 2 — chuově výrazná	181
14. Dieta po operaci žaludku	183
15. Dieta při žlučnickovém onemocnění	183
16. Dieta po operaci žlučníku	186
17. Dieta při zácpě	186
Při zácpě prosté	186
Spastická zácpa	188
18. Dieta a zásady stravování za určitých podmínek	190

VI. část

Tabulky výživných hodnot a jiné údaje	191
Dietní potraviny	207