

Obsah

Úvod	11	4.6 Klinický význam znalosti energetické potřeby	49
Seznam zkratk	13	4.7 Klinický význam sledování energetiky organismu	50
OBECNÁ ČÁST			
1 Postavení dietologie v léčbě chorob	19	5 Základy hygieny výživy	51
1.1 Dietologie v minulosti a dnes	19	5.1 Výživová doporučení	51
1.2 Co ohrožuje a problematizuje vědeckou dietologii dnes	19	5.2 Hodnocení výživy populačních skupin (populační nutriční monitoring)	55
1.3 Co podporuje vědecký přístup v dietologii	20	5.3 Hodnocení stavu výživy (nutričního stavu) jedince	58
1.4 Co se změnilo v posledních letech v dietologii	20	5.4 Hygienické zásady při práci s potravinami, legislativní ustanovení v České republice	60
1.5 Jak podpořit dietologii	21	6 Dietní systém	63
2 Vztahy výživy ke zdraví a nemoci a stručná fyziologie výživy	23	6.1 Vývoj dietního systému v ČR	63
2.1 Proč jíme a jak se vyrovnáváme s nadbytkem a nedostatkem	23	6.2 Organizační struktura nemocniční léčebné výživy	63
2.2 Vztah výživy k nemocnosti	24	6.3 Přehled a charakteristika jednotlivých základních diet	65
2.3 Stručná fyziologie výživy	24	7 Parenterální výživa	67
3 Základní složky výživy	27	7.1 Úvod k umělé výživě	67
3.1 Živiny a jejich dělení na makronutrienty a mikronutrienty	27	7.2 Dělení parenterální výživy	67
3.2 Proteiny	27	7.3 Indikace k parenterální výživě	67
3.3 Lipidy	30	7.4 Venózní přístup	68
3.4 Sacharidy	33	7.5 Indikace zavedení centrálního žilního katétru	68
3.5 Vitaminy	36	7.5.1 Typy katétrů a místo jejich aplikace	68
4 Energetický metabolismus	47	7.6 Roztoky parenterální výživy	68
4.1 Historický vývoj	47	7.7 Periferní parenterální výživa	68
4.2 Energetická potřeba organismu	47	7.7.1 Indikace periferní parenterální výživy	68
4.3 Metody sledování energetického výdeje	48	7.7.2 Výhody periferní parenterální výživy	68
4.4 Energetická bilance	48	7.7.3 Komplikace periferní parenterální výživy	69
4.5 Metabolické procesy a klidový energetický výdej	49		

7.8 Praktická doporučení při rozpisu parenterální výživy	69	10 Železo, jód a další prvky v dietě	85
7.9 Komplikace parenterální výživy	70	10.1 Dietní příjem železa	85
7.9.1 Komplikace spojené se zaváděním centrálního žilního katétru	70	10.2 Jód a další prvky v dietě	85
7.9.2 Komplikace spojené s přítomností katétru	70	10.3 Hořčík v dietě	86
7.9.3 Septické komplikace	70	11 Glykemický index potravin	89
7.9.4 Metabolické komplikace parenterální výživy	70	11.1 Historie glykemických indexů	89
7.10 Závěr – klinický význam parenterální výživy	70	11.2 Postprandiální glykémie	89
8 Enterální výživa	71	11.3 Glykemický index	90
8.1 Vývoj enterální výživy	71	11.3.1 Kritické připomínky k využívání glykemického indexu	90
8.2 Cíle enterální výživy	71	11.3.2 Praktické zkušenosti s glykemickými indexy	90
8.3 Indikace enterální výživy	71	11.4 Inzulinemický index	90
8.4 Kontraindikace enterální výživy	72	11.5 Sacharidová hustota	90
8.5 Způsob aplikace enterální výživy	72	11.6 Glykemická nálož	93
8.5.1 Kontinuální popíjení výživy – sipping	72	11.7 Přínos diet s nízkým glykemickým indexem	93
8.5.2 Podání nazogastrickou sondou	72	SPECIÁLNÍ ČÁST	
8.5.3 Podání nazojejunální sondou	72	12 Dietní léčba obezity	97
8.5.4 Podání nazogastro-nazojejunální sondou	72	12.1 Základní principy dietní léčby obezity	97
8.5.5 Gastrostomie a jejunostomie	73	12.2 Definice a patogeneze obezity	97
8.6 Metody aplikace enterální výživy	73	12.3 Terapie obezity	98
8.6.1 Aplikace stříkačkou	73	12.4 Redukční diety v léčbě obezity	99
8.6.2 Samospádový systém	73	12.4.1 Hlavní zásady dietní léčby obézních	99
8.6.3 Enterální pumpa	73	12.4.2 Další dietní zásady	100
8.7 Roztoky určené pro enterální výživu	73	12.4.3 Módní diety	102
8.8 Enterální výživa a sipping u diabetiků	78	12.4.4 Složení stravy redukčních diet	102
8.8.1 Diabetické diety	78	12.4.5 Základní typy redukčních diet	103
8.8.2 Modifikace účinku enterální výživy u diabetiků	78	12.4.6 Výběr potravin	107
8.8.3 Přednosti použití enterální výživy u diabetiků	79	12.4.7 Náhradní sladidla	108
8.8.4 Kontinuální popíjení výživy – sipping u diabetiků	79	12.4.8 Technologická úprava pokrmů	108
8.8.5 Diabetické enterální výživy	80	12.4.9 Regulovaná strava	109
8.9 Závěr – význam enterální výživy	80	12.4.10 VLCD dieta	109
9 Vodní bilance, dieta při hypotenzii a otocích	81	12.4.11 Dieta po bandáži žaludku	110
9.1 Poruchy vodní bilance	81	12.4.12 Edukační program dietní redukční léčby	112
9.2 Dieta při otocích	82	12.5 Praktické příklady redukčních diet	116
9.3 Příklad jídelního lístku pro neslanou dietu	82	12.5.1 Jak připravovat pokrmy	116
9.4 Dieta při hypotenzii	84	12.5.2 Příklady redukčních rozpisů diet a receptů	116
		12.6 Závěr – význam diet v léčbě obezity	125

13	Dietní prevence diabetu	127			
13.1	Úvod – diabetes mellitus, genetika a prostředí	127			
13.2	Dieta v prevenci diabetu 1. typu	128			
13.3	Metabolický syndrom a diabetes 2. typu	128			
13.4	Rozdělení postupů z hlediska preventivní intervence	130			
13.5	Redukce hmotnosti a prevence diabetu	131			
13.6	Bariatrická chirurgie a snížení výskytu diabetu	131			
13.7	Dietní vlivy a vznik diabetu	131			
13.8	Alkohol a vznik diabetu	134			
13.9	Skóre rizika diabetu	134			
14	Dietní léčba diabetu 2. typu	135			
14.1	Postavení diety v léčbě diabetu	135			
14.2	Stručně o patogenezi diabetu 2. typu	135			
14.3	Hlavní zásady dietní léčby diabetiků 2. typu	136			
14.3.1	Rozdíly v redukční a diabetické dietě	137			
14.3.2	Rozdíly v diabetické dietě u diabetu 1. a 2. typu	137			
14.3.3	Rozdíly v dietě mezi obézním jedincem a diabetikem 2. typu	138			
14.4	Běžné typy diet pro diabetiky 2. typu	138			
14.5	Speciální diabetické diety	143			
14.5.1	Diabetická dieta při hypertenzi	143			
14.5.2	Šetřící diabetická dieta	143			
14.5.3	Diabetické diety s omezením bílkovin	144			
14.5.4	Rozdělení diabetických diet s omezením bílkovin	145			
14.6	Příklady diabetických diet použitel- ných u diabetu 2. typu a do značné míry i u diabetu 1. typu	147			
14.7	Potraviny pro diabetiky	153			
14.8	Vitaminy a antioxidanty u diabetu	153			
15	Dieta při diabetu 1. typu	155			
15.1	Definice a charakteristika diabetu 1. typu	155			
15.2	Dělení diabetu 1. typu	155			
15.2.1	Imunitně podmíněný diabetes mellitus	155			
15.2.2	Idiopatický diabetes 1. typu	155			
15.2.3	Další typy diabetu	155			
15.3	Základy terapie	155			
15.4	Principy moderní dietoterapie u diabetu 1. typu	156			
15.5	Edukace diety pro diabetiky 1. typu	156			
15.5.1	Pitný režim	157			
15.5.2	Energetická hodnota stravy	157			
15.5.3	Biologická hodnota stravy	157			
15.5.4	Denní stravovací režim	159			
15.5.5	Výměnné sacharidové jednotky – chlebové jednotky	159			
15.5.6	Glykemické indexy potravy a diabetes mellitus 1. typu	166			
15.5.7	Výběr potravin při hypogly- kémii a jak jí předejít	166			
15.5.8	Náhradní sladidla u diabetu 1. typu	166			
15.6	Závěr – význam diety u diabetu 1. typu	166			
16	Dieta při podvýživě	167			
16.1	Malnutrice (podvýživa)	167			
16.1.1	Nedostatečný přívod energie – hladovění	167			
16.1.2	Kwashiorkorový typ podvýživy (proteinová malnutrice)	167			
16.1.3	Výskyt malnutrice	167			
16.2	Posouzení stavu výživy	168			
16.2.1	Antropometrické testy	168			
16.2.2	Sledování albuminu a visce- rálních proteinů	169			
16.3	Nutriční intervence při podvýživě	169			
16.4	Zásady nutriční intervence u vybra- ných chorob	170			
16.4.1	Zásady nutriční intervence u mentální anorexie	170			
16.4.2	Zásady nutriční intervence u chronické pankreatitidy	170			
16.4.3	Zásady nutriční intervence při podvýživě u Crohnovy choroby	171			
16.4.4	Zásady nutriční intervence u malignit	171			
16.4.5	Zásady nutriční intervence při syndromu krátkého střeva	171			
16.5	Závěr	172			

17 Dieta při dyslipoproteinémiích	173	20 Dieta při ateroskleróze	199
17.1 Vývoj názorů na dyslipoproteinémiie	173	20.1 Základní vlivy způsobující aterosklerózu	199
17.2 Stručná patofyziologie dyslipidemií	174	20.2 Diety a prokoagulační stav	200
17.3 Klasifikace dyslipoproteinémií	175	20.3 Racionální dieta v prevenci aterosklerózy	200
17.4 Postavení diety v léčbě dyslipoproteinémií	176	20.4 Pravidla antisklerotické diety – prevence	201
17.5 Základní principy diety u dyslipoproteinémií	177	20.5 Pravidla diety při akutních kardiovaskulárních a cerebrovaskulárních příhodách	202
17.5.1 Pravidla diety	179		
17.5.2 Technologická úprava stravy	181		
17.6 Příklady jídelniček u dyslipidemií	181		
17.7 Necholesterolové steroly a rostlinné steroly	181		
17.7.1 Necholesterolové steroly v potravě a organismu	181		
17.7.2 Léčebné užití fytoosterolů	183		
17.8 Mastné kyseliny	184		
17.9 Tuky a ateroskleróza	187		
18 Dieta při dně a dalších kloubních onemocněních	189	21 Dieta při osteoporóze a vápník v dietě	203
18.1 Patogeneze a klinický význam hyperurikémie	189	21.1 Přehled metabolických osteopatií a bilance vápníku	203
18.2 Projevy dny	189	21.2 Kvalita chrupu a dietní faktory	203
18.3 Základní principy diety u dny a hyperurikémie	189	21.3 Vitamin D a další nutriční faktory ovlivňující kost	204
18.3.1 Dieta při dně	190	21.4 Principy diety bohaté kalcium a vitamínem D u osteoporózy	205
18.3.2 Technologická úprava pokrmů při dně	190	21.5 Příklady jídelních lístků s vyšším a nižším obsahem vápníku	206
18.3.3 Příklady jídelních lístků při dně	190		
18.4 Dieta při dalších kloubních onemocněních	191		
19 Dieta při hypertenzi	193	22 Dieta při onemocnění trávicího traktu	209
19.1 Faktory prostředí, obezita, stres a krevní tlak	193	22.1 Dieta při onemocnění jícnu a žaludku	209
19.2 Diety v léčbě hypertenze	193	22.2 Jídelničky šetřící diety a její příprava	210
19.2.1 Omezení příjmu soli	194	22.3 Dieta při zácpě	212
19.2.2 Zvýšení příjmu ovoce a zeleniny	194	22.4 Dietní postupy při gastroenteritidě a průjmu	213
19.3 Obezita a hypertenze	195	22.5 Dieta při dráždivém tračníku a divertikulární chorobě	213
19.3.1 Patogeneze hypertenze u obézních	195	22.6 Dieta a zánětlivé choroby střevní	214
19.3.2 Redukční dieta u hypertonicit	196	22.7 Dieta při celiakii	215
19.4 Další dietní opatření v léčbě hypertenze	197	22.8 Diety po resekcii střeva a při stomiích	217
19.5 Souhrn dietních opatření v léčbě hypertenze	197	22.9 Bezezbytková dieta	218
		22.10 Laktázová insuficience	220
		22.11 Některé obecné poznámky k dietám při onemocnění trávicího traktu	220
		23 Dieta při chorobách žlučníku, pankreatu a jater	223
		23.1 Dieta při onemocnění žlučníku	223
		23.1.1 Dieta po biliární kolice	223
		23.1.2 Dieta při chronickém průběhu cholelitiázy	224
		23.2 Dieta při onemocnění pankreatu	225
		23.3 Dieta při onemocnění jater	227
		23.4 Alkohol v dietě	228

24 Výživa v nefrologii	231	28 Diety a fyzická aktivita	283
24.1 Postavení výživy v terapii onemoc-		28.1 Diety a fyzická aktivita v léčbě	
nění ledvin	231	nemocných	283
24.2 Dieta jako součást profylaxe nefro-		28.2 Diety a fyzická aktivita v prevenci	
litiázy	232	nemocí	284
24.3 Dietní doporučení při snížené funkci		28.3 Výživa a sport	286
ledvin	233		
24.4 Výživa a dietní doporučení při		29 Dieta ve stáří a interakce potravin s léky ...	289
dialýze	235	29.1 Dieta a prodloužení života	289
24.5 Poznámky k dietním opatřením při		29.2 Nutriční aspekty stárnutí	289
akutním selhání ledvin	237	29.3 Nutriční péče ve stáří	289
24.6 Poznámky k dietním opatřením		29.4 Interakce potravin s léky	290
u vybraných onemocnění ledvin	237		
24.7 Příklady nefrologických dietních		30 Vegetariánské diety	291
doporučení	250	30.1 Způsob života a prognóza vege-	
24.8 Přehled dietních doporučení a ome-		tariánů	291
zení pro jednotlivé živiny a složky		30.2 Problémy některých skupin vege-	
potraviny pro oblast nefrologie	253	tariánů	291
		30.3 Makrobiotické diety	292
		30.4 Některé problémy vegetariánských	
		diet	292
		30.5 Odlehčovací dny ovocné, zeleninové	
		293
		30.6 Příklady redukčních a diabetických	
		jídelníků pro vegetariány	294
25 Dieta při neuropsychiatrických		31 Výživa v těhotenství a laktaci	297
onemocněních	257	31.1 Principy stanovení výživových	
25.1 Diety u neurologických onemocnění		doporučení v těhotenství	297
... ..	257	31.2 Výživové nároky v těhotenství	297
25.2 Diety u psychiatrických onemocnění		31.3 Nároky na výživu kojící ženy	301
... ..	258	31.4 Pravidla diety pro těhotné a kojící	
25.3 Diabetes mellitus, kardiovaskulární		302
onemocnění a deprese	261	31.5 Příklady jídelních lístků	303
25.4 Demence a výživa	263		
25.5 Mentální anorexie a mentální		32 Výživa novorozence a kojence	305
bulimie	263	32.1 Obecné zásady výživy v prvním roce	
25.6 Formy poruch příjmu jídla		života	305
u psychiatricky nemocných	263	32.2 Výživa v prvních 6 měsících života,	
		kojení	305
		32.3 Umělá mléčná výživa	308
		32.4 Základní principy výživy od počátku	
		7. do konce 12. měsíce života	310
		32.5 Současný stav výživy v prvních šesti	
		měsících života v ČR	313
		32.6 Technologie přípravy pokrmů	
		v období od konce 6. do 12. měsíce	
		věku	313
		32.7 Schéma jídelního lístku dítěte na	
		konec 1. roku věku	313
		32.8 Příklad výživy v kojeneckém věku	314
		32.9 Problematika kravského mléka ve výži-	
		vě kojenců do jednoho roku věku	
		314
26 Dieta v prevenci a léčbě nádorových			
onemocnění	265		
26.1 Dieta a onkologická onemocnění			
... ..	265		
26.2 Ovoce, zelenina a vitaminy v prevenci			
nádorových onemocnění	267		
26.3 Rizikové faktory nádorových			
onemocnění v dietě	267		
26.4 Diabetes mellitus, obezita a nádory			
... ..	269		
26.5 Dieta a léčba nádorových onemoc-			
nění	275		
26.6 Endokrinní disruptory	276		
26.7 Závěr – výživa a nádorová onemoc-			
nění	277		
27 Dieta u alergií a poruch imunity	279		
27.1 Gastrointestinální alergie	279		
27.2 Nealergické intolerance jídla	279		
27.3 Výživa a imunita	280		
27.4 Kožní onemocnění a diety	281		
27.5 Imunosuprimované stavy a výživa			
... ..	281		

33 Výživa batolat	317	36.1.2 Dietoterapie akutních průjmových onemocnění	333
33.1 Základní principy diety	317	36.1.3 Dietoterapie chronických průjmových onemocnění	335
33.2 Technologie přípravy jídla pro batolata	318	36.2 Vrožené metabolické poruchy	336
33.3 Rizika alternativních diet	319	36.2.1 Fenylketonurie	336
33.4 Současný stav výživy batolat v ČR	319	36.2.2 Potravinové alergie	340
34 Výživa dětí předškolního věku	321	36.2.3 Sideropenická anémie	341
34.1 Základní principy diety	321	36.3 Malnutrice u dětí	341
34.2 Výživa v mateřské škole	321	37 Zásady zdravé výživy dospělých	343
34.3 Technologie přípravy jídla	323	37.1 Charakteristiky zdravé výživy dospělého člověka	343
35 Výživa dětí školního věku a adolescentů	325	38 Nutrigenetika a nutrigenomika	349
35.1 Růst a zrání mezi 6. a 18. rokem života	325	38.1 Vymezení pojmů	349
35.2 Charakteristika výživy mladšího školního věku	325	38.2 Výskyt onemocnění v různých populacích a v různých studiích	349
35.3 Charakteristika výživy staršího školního věku a adolescence	326	38.3 Tuky a nutrigenomika	350
35.4 Pravidla správné výživy školního a adolescentního věku	328	38.4 Nutrigenetika a hypertenze	350
35.5 Technologie přípravy jídla	328	38.5 Dietní faktory, genetik a ischemická choroba srdeční	350
35.6 Sledování stavu výživy ve školním a adolescentním období	330	38.6 Nutrigenomika a nádory	350
36 Nemocné dítě a diety	331	38.7 Perspektivy genetiky výživy	351
36.1 Průjmová onemocnění v dětském věku	331	39 Vědecké a alternativní diety	353
36.1.1 Alimentární onemocnění	332	Literatura	357
		Rejstřík	367