

# Podvýživa (1. LF UK, NT)

Malnutrice (podvýživa) je onemocnění podmíněné nedostatečným příjmem živin, neschopností vstřebávat živiny při nemocech trávicího traktu nebo nadměrným katabolismem (odbouráváním) tělesných zásob při závažném, např. nádorovém onemocnění.

Malnutrici lze definovat jako **poruchu složení těla s následnou poruchou funkce různých orgánů v důsledku nedostatku energie a živin.**

**Podvýživu lze rozdělit na 2 typy:**

1. **Energetická malnutrice** – historicky se používá starý název marasmus. Tento typ podvýživy provází zejména nedostatečný přívod energie. Nemocný bývá hubený, nebo vypadá pohubele a zhubl o 5–10 %. Chybí nebo ubyla podkožní zásoba tuku. Bílkovin v krvi je dostatek a také obranyschopnost je normální.
2. Tzv. **bílkovinná (proteinová) malnutrice**, historicky nazývaná typ kwashiorkor. Nedostatek bílkovin je způsoben tzv. stresovým hladověním, vystupňovaným odbouráváním bílkovin. Vzniká při závažných akutních i chronických onemocněních. Je postižena imunita a obranyschopnost organismu, časté jsou otoky. Bílkovinou malnutrici často provází i malnutrice energetická, poté následuje čerpání energie z bílkovinných zásob v těle. Dochází ke špatnému hojení ran, rozvoji dekubitů, vznikají infekční komplikace. Tato podvýživa může postihnout i obézního jedince.



Podvyživené dítě.

Podvýživa se vyskytuje běžně v nemocnicích **až u třetiny osob** (prakticky u všech vážných onemocnění), proto je třeba systematicky po podvýživě pátrat a včas zahájit umělou výživu (sipping, enterální nebo parenterální výživa). Závažnost podvýživy lze posoudit vážením a posouzením vývoje váhy, měřením celkového a podkožního tuku a vyšetřováním krevních bílkovin. Řada osob v energetické malnutrici je v dobrém stavu. Mají třeba jen **BMI pod dolní hranicí normy 18,5**. Patří sem například řada modelek nebo pacientek s mentální anorexií (BMI <17.5). V běžném životě nemají problémy. V případě úrazu, infekce nebo jiného závažného stavu se snadno rozvine bílkovinná malnutrice a může dojít k ohrožení života. Laik pozná závažnost stavu podle toho, že se u podvyživeného objeví otoky.

## Odkazy

### Související články

- Dietoterapie
- Vegetariánství (1. LF UK, NT)
- Vitaminy v dietě
- Prvky v dietě

### Zdroj

- SVAČINA, Štěpán. *Dietologie a klinická výživa* [online]. [cit. 2012-03-15]. <<https://el.lf1.cuni.cz/p66466615/>>.