

# Dietoterapie

## Úvod

Dietoterapie neboli **léčba dietou** je významnou součástí léčby. Historicky byla léčba dietou dokonce jedním z nejvýznamnějších léčebných postupů. Zejména v dobách, kdy byla medicína jen spekulativní a empirickou vědou, byla dietní léčba součástí každého terapeutického doporučení. Část efektu takové léčby byla jistě typickým placebo efektem. Farmakoterapie minulosti však měla také principy často velmi pochybné. Právě dietní postupy a úsilí o změnu životního stylu byly pravděpodobně v historii medicíny nejvíce efektivní v léčbě i prevenci většiny nemocí.

Dnes je postavení dietologie jiné. Nemoci léčíme mnoha moderními léčebnými postupy, především farmakoterapií či chirurgicky. **Význam diety** v léčbě a prevenci nemocí se postupně mění. Onemocnění je tak možno z tohoto hlediska **rozdělit na 3 skupiny**:

1. nemoci, kde má dieta stále zásadní význam a onemocnění bez dietní edukace léčit nelze;
2. nemoci, kde dieta je stále v léčbě důležitá, ale jejího významu ubývá;
3. nemoci, kde dietní léčba svůj význam ztratila a je snad jen doplňková.

### ad 1.

Do první skupiny, kde bez diety nemoc prakticky léčit nelze, patří např. léčba obezity, cukrovky, podvýživy, nemocí pankreatu, celiakie, fenylketonurie, potravinových alergií, laktázové insuficience, střevních zánětů idiopatických i infekčních, pooperačních stavů po výkonech na trávicím traktu. Samostatnou oblastí je pak enterální výživa, jejíž význam výrazně stoupá a omezuje v nemocnicích léčbu parenterální. Tato a další problematika klinické výživy prováděné sondou či parenterálně stojí částečně již mimo klasickou dietologii.

Do skupiny dietních postupů, které jsou pro medicínu zásadní, patří stále i preventivní dietní postupy bránící vzniku aterosklerózy a eliminace nádorů vyvolávajících vlivů v dietě. Významná jsou i dietní opatření doporučovaná těhotným a při výživě dětí.

### ad 2.

Do skupiny onemocnění, kde význam diety významně poklesl, patří však stále mezi léčebná opatření, spadá např. léčba dny, hypertenze, dyslipoproteinemií, otoků, nedostatku železa a vápníku, dieta u ledvinných onemocnění, dieta u onemocnění žaludku, žlučníku i jater a léčba avitaminóz. U těchto skupin nemocí umíme často zasáhnout efektivněji jinou léčbou. Lze podávat účinnou farmakoterapii, resp. suplementaci chybějících faktorů v lékové formě.

### ad 3.

Dietologie ztratila význam v léčbě neurologických onemocnění, např. u epilepsie, neexistují dostatečné důkazy o jejím efektu o pokročilých stadiích maligních onemocnění a ztratila na významu dietní opatření u autoimunitních onemocnění. Velmi sporná jsou dietní opatření u onemocnění kloubních a pohybových.

## Dietní systém

Život je dlouhý a pobyt v nemocnici většinou krátký. Dietní systémy nemocnic mají tedy význam zejména výchovný. Nemocný se naučí se svou nemocí žít. Význam ambulantní edukace a diskuse nad konkrétním jídelníčkem nemocného s nutričním terapeutem v diabetologické, obezitologické, gastroenterologické poradně či u praktického lékaře má větší smysl. Dietní systém nemocnic je však i součástí léčby řady nemocí zejména v období kolem operace. Systém se v minulosti mnohokrát měnil s rozvojem poznatků o výživě. Dietní systém dnes není závazný a je používán pouze jako doporučení. Dietní léčba v nemocnicích se týká nejen diet, ale i výživy do sondy, parenterální výživy infuzní i tzv. sipping (popíjení) nutričních přípravků.

Nemocnice musí zajistit nejen technologickou přípravu diety, ale i její distribuci a odborný kontakt s nemocným. I v rámci diet by měl být nemocnému po konzultaci s nutričním terapeutem (dříve dietní sestrou) umožněn výběr jídel.

### Značení diet je dnes obvykle následující

- **Dieta NPO (N) - Nic Per Os (Nic)** - Nemocný bude o hladu
- **Dieta OS - čajová** - čaj neslazený nebo slazený; u nemocných s nemožností příjmu per os.
- **Dieta 2 - šetřící**; u nemocných s poruchami trávicího traktu, u nemocných ve stresových a zátěžových stavech, např. při akutním cévním onemocnění.
- **Dieta 3 - základní, racionální strava**; u dospělých pacientů a starších dětí, kteří nevyžadují dietní omezení.
- **Dieta 4S - s vyloučením volného tuku**; u nemocných s akutním zánětem slinivky břišní a záněty žlučníku v



Nutriční pyramida

období převodu na příjem ústy.

- **Dieta 4 - s omezením tuku;** u chronických onemocnění jater, slinivky a žlučníku, obvykle po převodu z přísnější 4S.
- **Dieta 5 - bezezbytková** - při onemocnění dolní části GIT
- **Dieta 6 - nízkobílkovinná;** u nemocných s chronickým selháváním ledvin.
- **Dieta 8 - redukční;** u nemocných s obezitou nevyžadujících šetrící úpravu diety, u nemocných s hyperlipoproteinemií, u obézních diabetiků 1. a 2. typu, obvykle obsahuje stále přes 5 000kJ na den a je tedy poměrně málo přísná.
- **Dieta 9 - diabetická;** u nemocných s DM 1. typu a u diabetiků 2. typu bez potřeby redukovat.
- **Dieta 9S - diabetická šetrící;** diabetická varianta šetrící diety.
- **Dieta 10 - neslaná;** obvykle již není součástí dietního systému, neboť všechny diety se primárně připravují bez příměsí soli a dle potřeby se dosolují.
- **Dieta 11 - výživná;** u nemocných s vyšší energetickou potřebou a snahou o vzestup hmotnosti.
- **Dieta 12 - batolecí;** u dětí od 1,5–3 let věku.
- **Dieta 13 - dětská;** u dětí od 3–15 let.
- **Dieta BLP - bezlepková;** u nemocných, kteří trpí nesnášenlivostí lepku (celiakie).
- **Dieta dialyzační s nízkým obsahem fosforu;** u nemocných léčených hemodialýzou, peritoneální dialýzou.

Obvykle dnes existují i vegetariánské varianty diet.

## Odkazy

### Související články

- Diabetická dieta • Diabetické potraviny
- Antisklerotická dieta • Dieta při dyslipidemii • Dieta při obezitě
- Dieta při onemocnění střev • Dieta při onemocnění jícnu a žaludku • Dieta při onemocnění žlučníku a slinivky • Dieta při jaterním onemocnění
- Dieta při hypotenzi a hypertenzi
- Dieta a imunita
- Diety v gynekologii a porodnictví • Diety v nefrologii • Diety v onkologii • Diety v neurologii • Diety v psychiatrii
- Dieta při osteoporóze • Dieta při kloubním onemocnění
- Dieta při otocích
- Podvýživa (1. LF UK, NT) • Vegetariánství (1. LF UK, NT)
- Vitaminy v dietě • Prvky v dietě
- Zuby a dieta
- Intolerance jídla
- Vědecké a politické problémy v dietologii

### Zdroj

- SVAČINA, Štěpán. *Dietologie a klinická výživa* [online]. [cit. 2012-03-10]. <<https://el.lf1.cuni.cz/p66466615/>>.