

Nutriční poradenství

„I´ve experienced several different healing methodologies over the years – counseling, self-help seminars, and I´d read a lot – but none of them will work unless you really want to heal.“

Nutriční poradenství (NP)

- Neexistuje jedna metoda, jak v NP uspět
- Kde všude se řeší výživa?
- Co je nutriční poradenství? Je to proces...
- Čím je charakteristické? Spolupráci...

Cíle

poradenství zaměřeného na pacienta/klienta (vedoucí k dlouhodobým změnám 😊)

1. Zvýšit povědomí o rizicích spojených s výživou
2. Poskytnout znalosti o výživě
3. Zvýšit důvěru k možné změně
4. Zlepšit dovednosti udržet změny dlouhodobě

4 kroky:

assess – advise – assist – follow-up

posouzení – doporučení – podpora - sledování

Assess – posouzení/sběr informací

- Anamnéza: zdravotní, stravovací..
- Odhodlanost ke změně: motivace, důvody proč
- Zkušenosti se změnou v minulosti: pozitivní a negativní
- Nástroje: používání otevřených otázek (př.)

Advise - doporučení

- Efektivní:
 - zdravotní přínos pro dotyčného
 - vědecky podložené
 - osobně přínosné

Assist - podpora

- Záleží na fázi změny
 - poskytnutí informací o výživě
 - vysvětlení mýtů
 - odůvodnění potřebných změn
 - doporučení realisticky optimistická a motivující

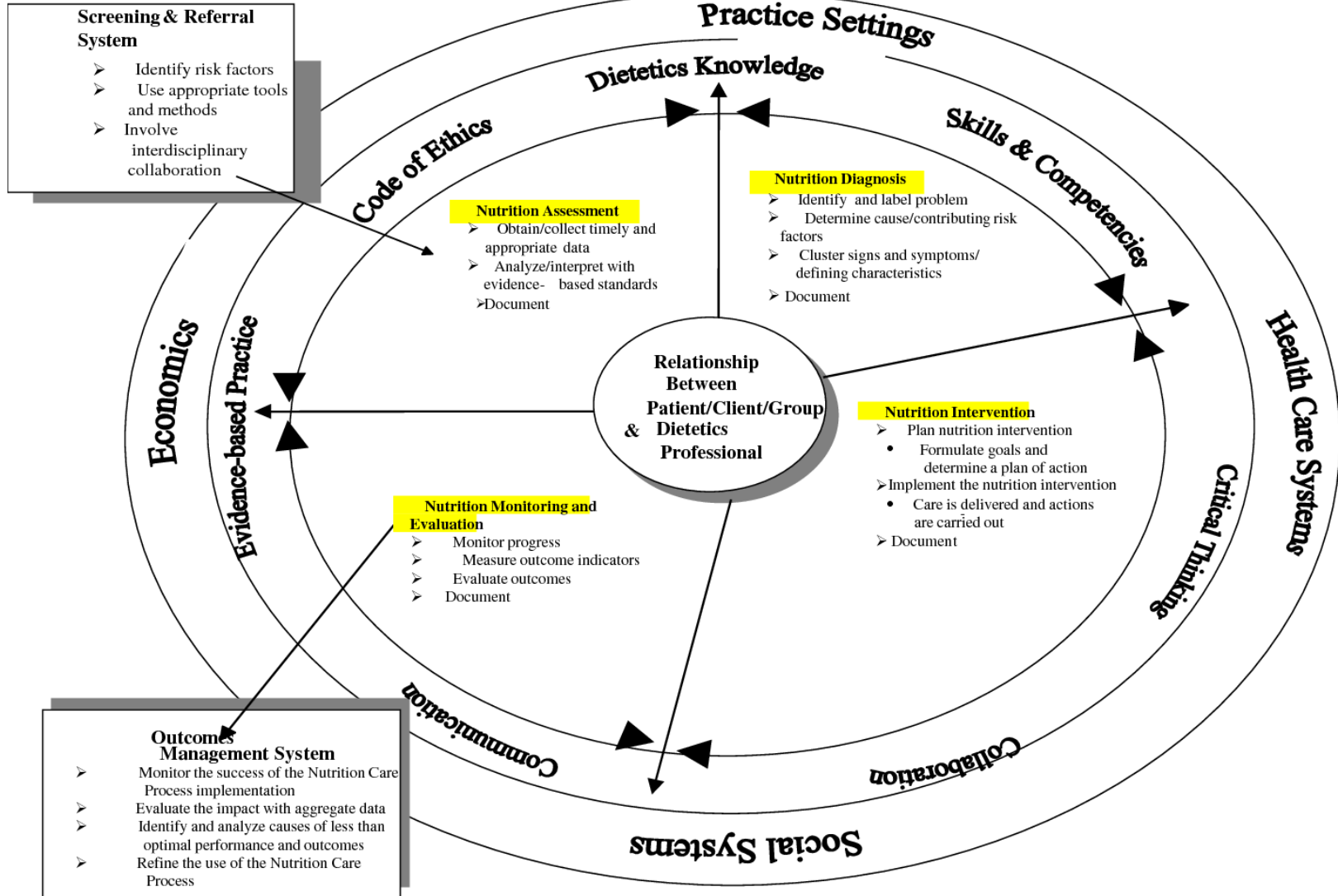
Follow up – sledování/ověřování

- Kontroly
- Úpravy strategií

PROCES NURIČNÍ PÉČE

1. ASSESSMENT - hodnocení
2. DIAGNOSES - diagnózy
3. INTERVENTION – zákrok/intervence
4. MONITORING AND EVALUATION – sledování a hodnocení

ADA NUTRITION CARE PROCESS AND MODEL



PROCES NURIČNÍ PÉČE

1. **ASSESSMENT** - zhodnocení
2. **DIAGNOSES** - diagnózy
3. **INTERVENTION** – zákrok/intervence
4. **MONITORING AND EVALUATION** – sledování a hodnocení

Nutrition assessment (NA)

- Získávání, ověření a výklad informací/hodnot pro vyhodnocení problému souvisejícího s výživou
- Složky:
 - lékařské závěry
 - antropometrie
 - stravovací zvyklosti
 - anamnéza
 - ...životní styl
- Pomáhá určit nutriční diagnózu, cíle změny, typ nutriční intervence a formu sledování změn
- Vliv: rodinná konstelace, zaměstnání, socioekonomický status, vzdělání, kulturní a náboženské přesvědčení, fyzická aktivita, kognitivní schopnosti, bydlení
...což je otázka: fyziologická, psychologická, sociální, kulturní a ekonomická

PROCES NURIČNÍ PÉČE

1. ASSESSMENT - zhodnocení
2. **DIAGNOSES - diagnózy**
3. INTERVENTION – zákrok/intervence
4. MONITORING AND EVALUATION – sledování a hodnocení

Nutrition diagnosis

- LÉKAŘSKÁ x NUTRIČNÍ
(př. „selhání ledvin“ x „překročení příjmu draslíku“)
- **System PES**
 - Problem/diagnoses
 - Etiology/cause
 - Signs and Symptoms/defining characteristics
- Př. P...nadváha
 - E...souvisí s nadměrným příjmem energie
 - S...záznam o konzumaci fast-foodu a s výsledným zvýšením tělesné hmotnosti za 3 měsíce o 5 kg

PROCES NURIČNÍ PÉČE

1. ASSESSMENT - zhodnocení
2. DIAGNOSES - diagnózy
- 3. INTERVENTION – zákrok/intervence**
4. MONITORING AND EVALUATION – sledování a hodnocení

Nutrition intervention

- Goal setting = stanovení cílů
(listening – questioning – accepting – clarifying – helping)
- Goal identification = ztotožnění s cíly (S.M.A.R.T.)
- Goal importance and acceptance = důležitost a přijetí cílů
- Goal analysis and overcoming obstacles = analýza cílů a překonání překážek
- Goal implementation = uskutečnění cílů

PROCES NURIČNÍ PÉČE

1. ASSESSMENT - zhodnocení
2. DIAGNOSES - diagnózy
3. INTERVENTION – zákrok/intervence
4. **MONITORING AND EVALUATION – sledování a hodnocení**

Nutrition monitoring and evaluation

1. Úspěch klienta v dodržování cílů a realizace nových stravovacích zvyklostí
2. Stupeň úspěchu v nutriční intervenci, zahrnující silné a slabé stránky
3. Dovednosti „sebe poradce“