

Dietní systém

**Pařízková Pavlína , nutriční terapeut FN
Brno**

**září 2017,
parizkova.pavlina@fnbrno.cz**

Osnova

- Dietní systém
- Rozdělení diet dle označení
- Rozdělení diet dle technologického zpracování
- Pravidla sestavování jídelního lístku
- Praktická část

Dieta

- **označení způsobu výživy nebo složení stravy tvořící základ stravování, zejména se zřetelem na její působení na lidské zdraví**
- **výživa doporučovaná jako prevence chorob**
- **důležitá součást léčebného procesu**
- **náhrada výloh při služební cestě**

Dietní systém

- dokument, podle kterého se řídí příprava léčebné výživy v nemocnici
- Určuje způsob označení diet a jejich nutriční složení

Historie dietního systému

- R. 1955 – Československý dietní systém (Doberský a kol.)
- R. 1968 – 2. přepracované a rozšířené vydání
- R. 1981- nové mezinárodní jednotky (SI), nové vyjádření energetické hodnoty **kcal » kJ**
- R. 1991 – změna označení diet a výživových dávek

SOUČASNOST

- Řídíme se metodickým pokynem MZ z roku 1991- Doporučené zásady stravování nemocných (je to poslední inovace Dietního systému pro nemocnice)

Rozdělení diet v nemocnici

Dieta – strava zohledňující specifické požadavky na složení, energetickou hodnotu, technologickou úpravu, které vyžaduje onemocnění pacientů

Význam diety:

1. **Nutriční** – pokrytí předpokládaných nutričních potřeb (makro- a mikronutrientů)
2. **Výchovně-psychologický** – poučení o volbě potravin a přípravě stravy v domácím prostředí
3. **Psychologický** – prostředník kontaktu s oš. personálem a ostatními pacienty

Rozdělení diet

Dieta – chutná, estetická, zdravotně bezpečná

Dietu ordinuje lékař - denně předepisuje do dokumentace / teplotky/ pacienta

Příprava – centralizovaná – ve SP

Transport na oddělení – termosovým nebo tabletovým systémem

Rozdělení denních dávek

Snídaně	25%
Přesnídávka	10%
Oběd	30 – 35%
Svačina	10%
Večeře	20 – 25%

II. Večeře- u diabetiků, u pacientů se zvýšenými energetickými potřebami- polytrauma, hojení ran, malnutrice apod.

- Doba výdeje stanovena (intervaly mezi jídly!!)
- Pitný režim

Rozdělení diet-propočítání složení diet

1 g T = 9 kcal = 39 kJ (25 - 30 energ. %)

1g S = 4 kcal = 17,2 kJ (50 – 55 energ. %)

1g B = 4 kcal = 17,2 kJ (15 - 20 energ. %)

A. Základní diety

B. Speciální diety

C. Standardizované diety

A. Základní diety

- 0 – tekutá
- 1 – kašovitá šetřící
- 2 – šetřící
- 3 – základní
- 4 – s omezením tuků
- 5 – s omezením zbytků
- 6 – s omezením proteinů
- 8 – redukční
- 9 – diabetická
- 10– neslaná šetřící
- 11 – výživná
- 12– strava batolat (pro děti od 1 – do 3 let)
- 13– strava dětí
- 15– vegetariánská

B. Speciální diety

0 S – čajová dieta

4 S – s přísným omezením tuku

9 S – diabetická šetřící

9/4S-diabetická s přísným omezením tuků

12 A- strava batolat (do 1 roku)

14- speciální dietní postupy

3G- základní geriatrická

KVM- dieta při vyšetření na kyselinu
vanilmandlovou

C. Standardizované diety

BLP - dieta bezlepková

P - dieta při akutní pankreatitidě

S/35 - dieta při chronickém selhání
ledvin / ve FN Brno zrušena/

8 S - přísné redukční individuální
postupy / ve FN Brno zrušena/

BL - dieta bezlaktózová

DD - dialyzační dieta

DYS - dysfagická

Kombinace diet

- Důvod- více dietních omezení u některých pacientů
- lze vzájemně lomit a kombinovat
- 1.místo –základní požadavek
- 2.místo- další dietní omezení

Kombinace diet

- 0S - čajová dieta
- 0/BLP - tekutá dieta bezlepková
- 0/9 - tekutá dieta diabetická
- 0/BL - tekutá dieta bezlaktózová
- 9/1 - diabetická kašovitá dieta
- 9/6 - diabetická dieta s omezením bílkovin
- 9/10 - diabetická neslaná dieta
- 9/15 - diabetická dieta pro vegetariány /ve FN Brno zrušena/
- 9S/5 - diabetická dieta s omezením zbytků
- 9S/BL - diabetická dieta bezlaktózová
- BLP/4 - bezlepková dieta šetřící s omezením tuků
- BLP/BL12 – bezlepková bezlaktózová dieta pro batolata
- BLP/BL - bezlepková bezlaktózová dieta
- BLP/9 - bezlepková diabetická dieta
- BLP/1 - bezlepková dieta kašovitá
- BL/2 - bezlaktózová dieta šetřící (kožní)
- BL/12 - bezlaktózová dieta pro batolata
- BL/5 - bezlaktózová dieta s omezením zbytků

Časté chyby při označování diet

<u>Nesprávně</u>	<u>Správně</u>
9/4 -diabetická šetřící	9S
EV nebo PV	0S- čajová
BLP x BL (častá chybná záměna)	BLP x BL (častá chybná záměna)
BLP/5(pacient s dg. celiakie , Crohnova nemoc) BL/5- NE !	BLP/4 – ano/ pac. bez zažívacích potíží/ 14 –ano / pac.se zažívacími potížemi/



Zkratky

ml	mleté maso
B	bujón
B zel.	bujón zeleninový
N	nenadýmavá (po porodech, rizikové těhotenství, v kardiologii apod.)
bez vaj. bílek)	bez vajec (při alergiích na vejce nebo
bez ryb	(při alergiích na ryby) - u diety č. 2
i	izolační strava /strava pro imunokompromitované pacienty /nízkomikrobiální/

I.den...IV.den specifikace pankreatických diet

A. Základní diety

0 – tekutá

6 000 kJ, 60 g B, 45 g T, 200 g S, 50 mg vit.C

Indikace: podává se krátkodobě při poruchách polykání, po úrazech čelisti, po stomatologických operacích apod.

Neplnohodnotná dieta, vhodná ke krátkodobému podávání. Proč je neplnohodnotná?



0
DATE: 2023-12-15
DEPT: 1571
NAME: SGT. GERA
PAT. #16
FACILITY: HALL/PANTRY
ISSUE BY: 14:00

A. Základní diety

1 – kašovitá šetřící

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 320 g S, 90 mg vit.C

Indikace: poruchy žvýkání (např. senioři), polykání (po radioterapii, chemoterapii, CMP), stavy po úrazech a chirurgických výkonech v oblasti dutiny ústní, krku a horní části GIT

Je plnohodnotnou dietou – vhodnou i do domácího ošetření.



CAFÉ-Ticket 1 Datum: 20.09.16
1313
pöytä: KALLIPANOU FIN 300
kassa: jpa do 14.00

A. Základní diety

2 – šetřící

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 320 g S, 60 mg vit.C

Indikace: pro pacienty s kožními chorobami a alergickými projevy/dříve a v jiných nemocnicích= žaludeční/

Plnohodnotná dieta, vhodná i do domácího ošetření.

3 – základní

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 320 g S, 90 mg vit.C

Indikace: u pacientů bez dietního omezení



FOR THE ORDER
DATE 20/04/14
RECEIVED
3
PLEASE RETURN TO
THE UNIT

A. Základní diety

4 - s omezením tuků

9 500 kJ, 80 g B, 55 g T, 360 g S, 90 mg vit.C

Indikace: poruchy trávení, onemocnění jater, pankreatu, žlučníku, hepatitidě, chirurgických výkonech na GIT

Plnohodnotná dieta, vhodná i do domácího ošetření.

A. Základní diety

5 – s omezením zbytků

10 200 kJ, 90 g B, 70 g T, 360 g S, 60mg vit.C

Indikace: chronická zánětlivá onemocnění střev, průjmy po radioterapii a chemoterapii, operace střev apod.

6 – s omezením proteinů

9 500 kJ, 50 g B, 70 g T, 350 g S, 90 mg vit.C

Indikace: onemocnění ledvin, léčená renální insuficience.

Tato dieta - nevhodná u dialyzovaných pacientů.

A. Základní diety

8 – redukční

5 800 kJ, 80 g B, 50 g T, 150 g S, 90 mg vit.C

Indikace: dieta pro obézní pacienty i diabetiky i pro pacienty s nadváhou.

Dieta má druhou večeři, většinou zeleninu, ovoce.

9 – diabetická

8800 kJ, 90 g B, 80 g T, 250 g S, 90 mg vit.C

Indikace: základní diabetická dieta, většinou používaná pro diabetiky I i II. Typu

Dieta má druhou večeři - pečivo, bílkovinná potravina, ovoce nebo zelenina



Food - 1st set / Datum 20.03.14
687 CHER G 1513
9.
PESKI-BI UVALJIVANOU FN 3/4
1.05.00 03.00 14.00 3 / 4

Diabetické diety

- Strava rozdělena do 6ti denních dávek.
- Množství S určuje lékař-nově 150 g, 200g, 250g dříve-175 g, 225 g, 275 g, 325 g).
- Tzv. třetinové rozdělení S – $\frac{1}{3}$ Sn+Př, $\frac{1}{3}$ O+Sv, $\frac{1}{3}$ V+II. V.
- K přípravě se používají tradiční technologické postupy (převážně pečení, dušení, vaření, výjimečně smažení).
- Omezeny živočišné tuky.
- Koření
- V nemocnici mají všechny diabetické diety druhé večeře.

A. Základní diety

10 – neslaná šetřící

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 320 g S, 90 mg vit.C

Indikace: otoky, onemocnění srdce a cév.

Dlouhodobé podávání prohlubuje nechutenství a proto se od podávání této diety ustupuje. Dieta není vhodná pro dlouhodobé podávání v domácí péči.

11 – výživná

12 000 kJ, 105 g B, 80 g T, 420 g S, 100 mg vit.C

Indikace: malnutrice, nádorová onemocnění, realimentace po těžších operacích a chronických infekcích (tuberkulóza, cystická fibróza), období rekonvalescence, popáleniny, polytrauma.

A. Základní diety

12 – strava batolat

5500 kJ, 45 g B, 40 g T, 190 g S, 55 mg vit.C

Indikace: strava batolat, vzhledem ke své konzistenci dieta využívána i pro starší děti po adenotomii, ošetření zubů, operacích dutiny ústní, těžkých stavů po úrazech, možná i pro seniory, ale s nutriční podporou.

13 – strava dětí

9 050 kJ, 65 g B, 70 g T, 310 g S, 80 mg vit.C

Indikace: u dětí bez dietního omezení (11-14r.)

A. Základní diety

14 – speciální dietní postupy

Indikace: výběrová dieta u pacientů s malnutricí nebo s nutným individuálním přístupem. Výběr pokrmů provádí NT spolu s pacientem dle jídelního lístku, zohledňuje doporučení lékaře a výživové potřeby pacienta.

15 – vegetariánská strava

9 500 kJ, 80 g B, 70 g T, 320 g S, 90 mg vit.C

Indikace: vhodná pro pacienty, kteří odmítají jíst maso a masné výrobky.

Rozdělení diet dle technologického zpracování

- 5 technologických základů dle příbuznosti kuchyňské přípravy
 1. Technologický základ – d.č. 0, 1, 4, 5
 2. Technologický základ – d.č. 2
 3. Technologický základ – d.č. 3, 11,13
 4. Technologický základ – d.č. 8, 9,
 5. Technologický základ – d.č. 6, 10

Ad 1. Technologický základ

d.č. **0, 1, 4, 5** – diety tzv. šetřící (při technol. přípravě)

3 druhy šetření: chemické
mechanické
termické

chemické šetření – extraktivní látky z masa, látky vzniklé pečením, pražením škrobnatých potravin, pikantní koření, přepálené tuky, alkohol, černá káva, nápoje s CO₂

mechanické šetření – jádérka ovoce, ořechy, mák, syrová zelenina, tuhé slupky, šlachy, blány na mase, kůrka chleba

termické šetření – ne příliš studené ani horké pokrmy

Pravidla sestavování jídelního lístku

- denní stravu plánujeme jako celek (nejprve hl. jídla, oběd, večeře potom polévky, snídaně, přesnídávky)
- nutriční hodnota, tepelná úprava, barva a chuť (neopakovat stejné potraviny)
- kuchyňská úprava, vzhled, chuť
- roční období – sezónní potraviny
- místní a krajevé zvyklosti
- ekonomické aspekty – stravovací jednotka
- kategorie strážníků (věk, zaměstnání, nemoc...)
- technické vybavení kuchyně, počet a zdatnost personálu

Pravidla sestavování jídelního lístku

Snídaně – pečivo, tuk k namazání, bílkovinná potravina, bílkovinný nápoj

Přesnídávka – ovoce

Oběd – polévka, hlavní pokrm, příloha, salát

Svačina – pečivo, bílkovinný nápoj

Večeře – hlavní pokrm, příloha; studená večeře (pečivo, tuk k namazání, bílkovinná potravina, zelenina)

Teplé pokrmy- polévky

- Zeleninová
- Bramborová
- Hovězí s nudlemi, nočky
- Italská
- Čočková
- Kmínová
- Krupicová
- Zelná
- Drožd'ová
- Rybí
- Drůbeží s kapáním
- Žampionová

TEPLÉ POKRMY- HLAVNÍ JÍDLA

- Pečené kuře
- Vepřový závitok se špenátem
- Hovězí svíčková na smetaně
- Rybí filet s restovanou kapustou
- Krůtí plátek na rajčatech
- Hovězí plátek dušený s hlívou ústříčnou
- Pečený králík na česneku
- Vepřová orientální pečeně
- Kuřecí po čínsku

Teplé pokrmy- omáčky, přílohy

- Rajská
- Koprová
- Smetanová
- Zeleninová
- Hořčicová
- Pažitková
- Vařené brambory, rýže, těstoviny, knedlíky, noky, bulgur, kuskus, pohanka, jáhly, tarhoňa, bramborové pyrė, kaše , pečivo...

Sestavení jídelníčku 3 dny dieta 3

