

**Příjemce:** Střední zdravotnická škola a Vyšší odborná škola zdravotnická, Husova 3, 371 60 České Budějovice

**Název materiálu:** Výživa nemocných

**Autor materiálu:** Mgr. Hana Rybáková

**Datum vytvoření:** 13. 3. 2013

**Zařazení materiálu:**

Šablona: Inovace a zkvalitnění výuky prostřednictvím ICT (III/2)

Sada: OS1

Tematická oblast: **Ošetřovatelství – cvičení**

**Předmět:** Ošetřovatelství, 1. ročník

**Číslo DUM:** 19

**Ověření materiálu ve výuce:**

Datum ověření: 7. 6. 2013

Ověřující učitel: Mgr. Kudláčková Miroslava

Třída: ZDA 1. B

**Popis způsobu použití materiálu ve výuce:** Výuková elektronická prezentace slouží jako podpůrná a názorná pomůcka k výkladu učitele. Seznamuje žáky s faktory ovlivňující výživu. Prezentace výstižně a názorně zachycuje výklad učitele, který si žáci zaznamenávají do sešitu a využívají při domácí přípravě. Materiál obsahuje zpětnou vazbu ověřující pochopení nové látky v podobě závěrečného snímku s otázkami k opakování tématu.

Tento výukový materiál je spolufinancován Evropským sociálním fondem a státním rozpočtem České republiky.



INVESTICE DO ROZVOJE VZDĚLÁVÁNÍ

# Výživa nemocných

## Cíl: žák

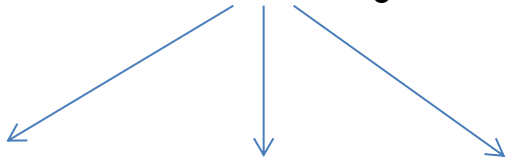
- definuje základní složky potravy
- jmenuje správné složení potravy a její význam
- uvědomuje si faktory ovlivňující výživu
- hodnotí stav výživy a určí, zda jde o patologický stav

# Příjem potravy

## ✓ **základní biologická potřeba**

- podmínka správné funkce organismu

## ✓ **voda + živiny + minerály a vitaminy**



cukry   tuky   bílkoviny

## ✓ **příjem potravy**

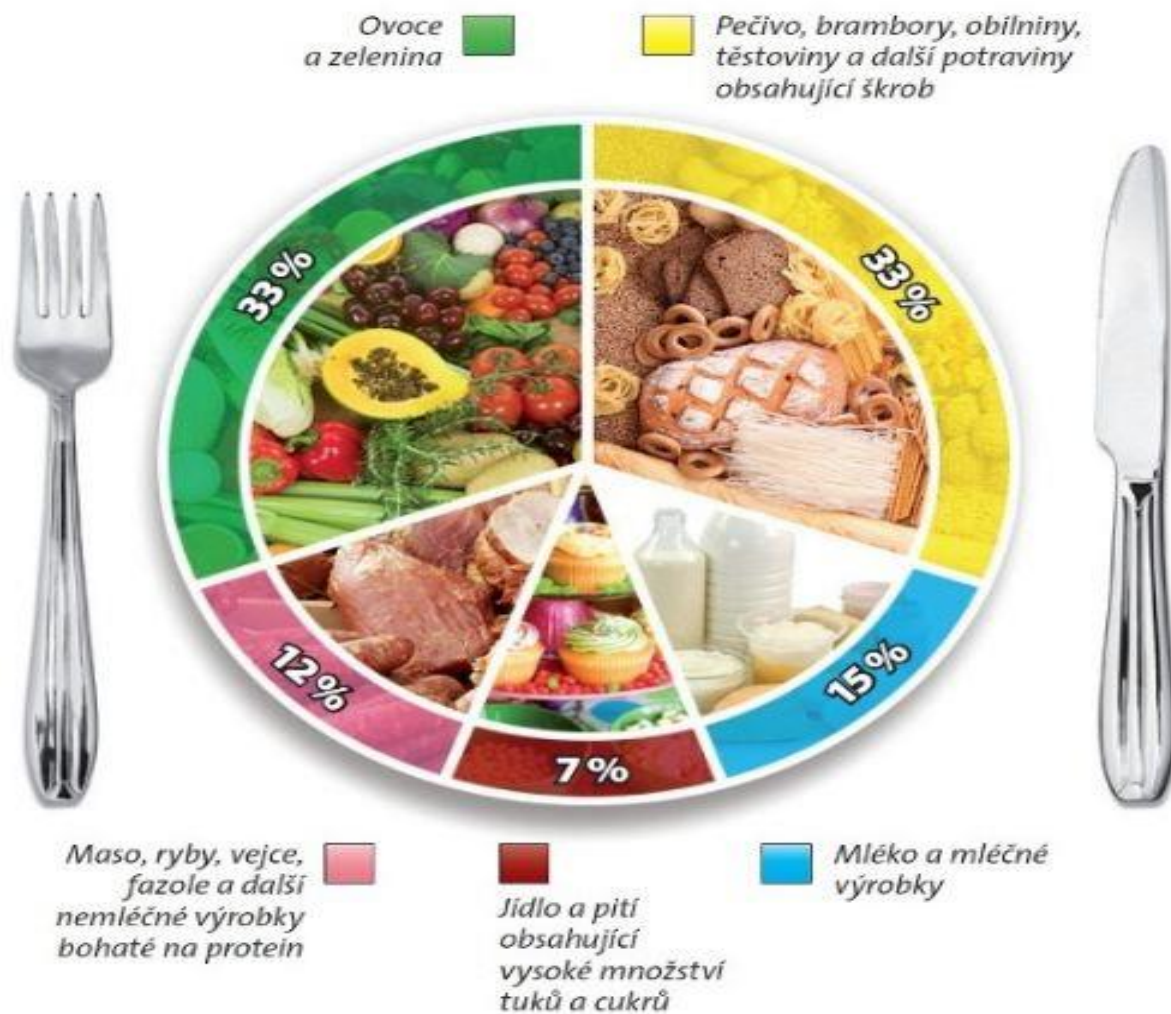
- regulační centra v mozku

- stravovací návyky - stereotypy

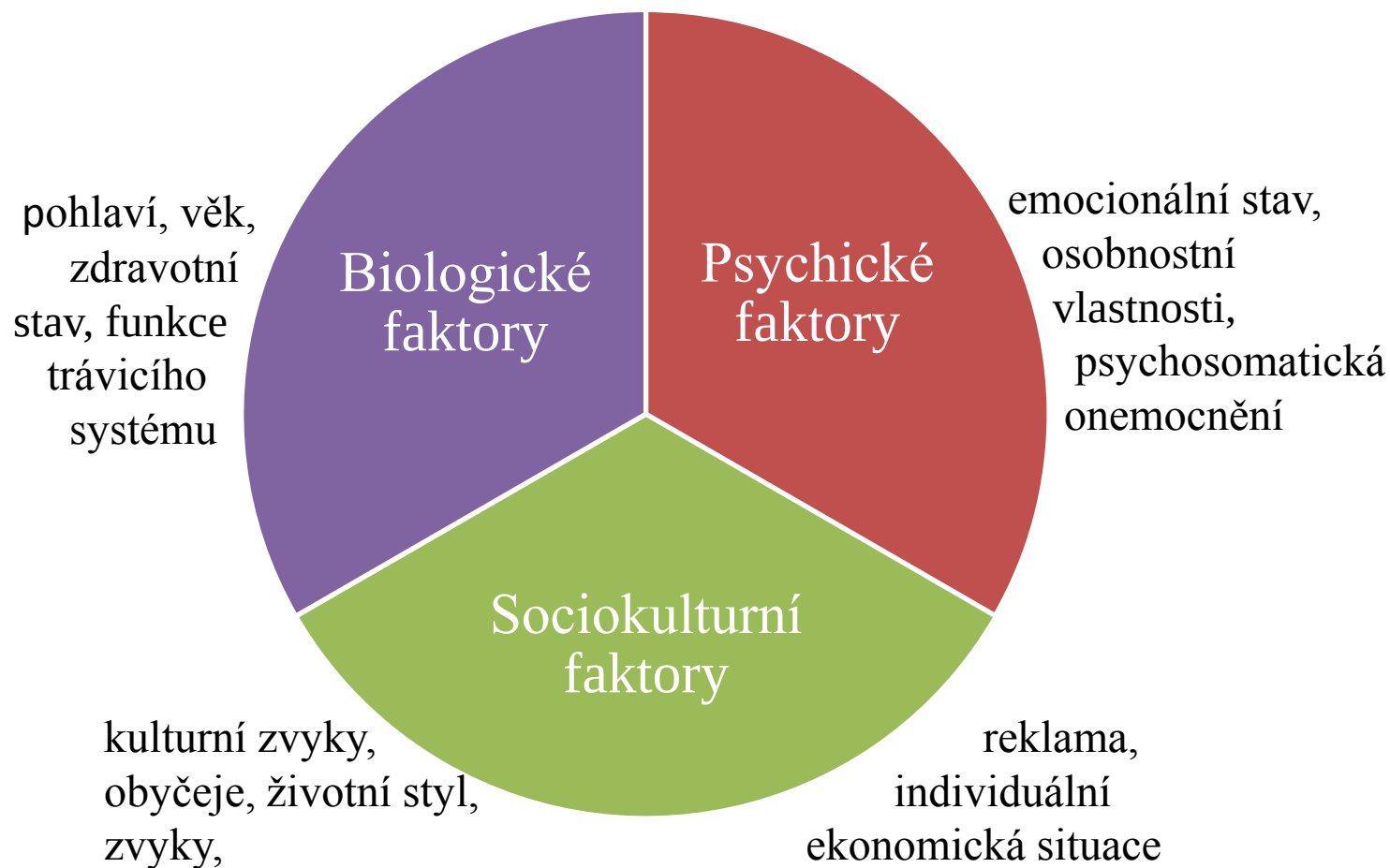
# Energetická potřeba organismu

množství energie, které člověk potřebuje k udržení základních životních funkcí (tzv. bazální metabolismus) a PLUS pro veškeré další činnosti organismu (sval.aktivita, sport, termoregulace)

|                                       |                                      |                         |
|---------------------------------------|--------------------------------------|-------------------------|
| <b>Energetický příjem</b><br><b>+</b> | <b>Energetický výdej</b><br><b>-</b> | <b>NADVÁHA, OBEZITA</b> |
| <b>Energetický příjem</b><br><b>-</b> | <b>Energetický výdej</b><br><b>+</b> | <b>PODVÁHA</b>          |
| Vyrovnaný<br>energetický příjem       | Vyrovnaný<br>energetický výdej       | NORMA                   |



# Faktory ovlivňující výživu



# Zhodnocení stavu výživy

## NUTRIČNÍ SCREENING

- ✓ při přijetí, nebo v rámci hospitalizace
- ✓ součást ošetrovatelské dokumentace
- ✓ široká variabilita nutričních testů



## BMI – Body Mass Index

- index tělesné hmotnosti: hodnota vypočtená podle vzorce:

$$\mathbf{BMI} = \frac{\mathbf{hmotnost\ (kg)}}{\mathbf{výška^2\ (m)}}$$

# BMI – Body Mass Index

| BMI pod 20        | Podváha       |
|-------------------|---------------|
| BMI 20 - 24,9     | Norma         |
| BMI 25 - 29,9     | Nadváha       |
| BMI 30 - 34,9     | Obezita       |
| BMI 35 - 40 a víc | Těžká obezita |

# Sledování příjmu potravy

- dohled nad dodržováním diety
- snaha o redukci stravovacích zlozvyků
- edukace v oblasti výživy a diety
- dohled nad přinesenými potravinami (návštěvy)
- dohled nad uložením potravin (noční stolek!!)

# Sledování příjmu tekutin

**deficit tekutin= DEHYDRATACE**

**rizikové skupiny-** senioři, děti, těhotné a kojící ženy

**příznaky sníženého příjmu tekutin:**

- snížený turgor kůže
- oschlé sliznice- popraskaný jazyk, suché rty
- zmatenost, zvýšená tělesná teplota

sledování příjmu a výdeje tekutin:

**tzv. BILANCE TEKUTIN**

# Bilance tekutin

## **Příjem tekutin v ml**

- **tekutiny přijaté per os**
  - voda, čaj,
  - polévka(vývar)
  - mléko není tekutina!!
  - dohled nad **vhodnými** tekutinami
- **infuze**

## **Výdej tekutin v ml**

- moč (u inkontinentních pacientů bez zavedené cévky se pleny váží!!)
- průjemovitá stolice
- zvracení
- výpotky
- obsah drénů
- punktáty

# Patologie výživy- pojmy

- Anorexie
- Mentální anorexie
- Mentální bulimie
- Kachexie
- Malnutrice
- Dysfagie
- Dyspepsie
- Nauzea
- Pyróza
- Vomitus
- Emesis

# Dietní systém

## **Dieta - upravená strava z léčebných důvodů**

- = úprava poměru živin
- = omezení, či eliminace některých složek
- = úprava konzistence
- = úprava množství porcí a jejich energetického obsahu

## **Dietní systém - systém stravování ve ZZ**

Obsahuje:

- *Diety základní (0-13)*
- *Diety speciální (př. 0S, 4S, 9S..)*
- *Diety standardizované (př. S/Blp, S/P..)*

# Nutriční terapeut

Zdravotnický obor:

- specialista na léčbu výživou
- pod jeho dohledem pracuje „nutriční asistent“
- připravuje jídelníček, „normuje“ stravu, dohlíží nad technologií přípravy diet
- konzultuje speciální výživové požadavky, odebírá nutriční anamnézu, hodnotí nutriční stav a rizika, sestavuje nutriční plán a provádí edukaci



# OPAKOVÁNÍ

1. Jaká jsou kritéria racionální výživy.
2. Jaké jsou faktory ovlivňující výživu?  
Jmenujte je.

## SEZNAM POUŽITÉ LITERATURY A PRAMENŮ:

KELNAROVÁ, Jarmila., CAHOVÁ, Martina., KŘEŠŤANOVÁ, Iva., KŘIVÁKOVÁ, Marcela., KOVÁŘOVÁ, Zdeňka. *Učebnice pro zdravotnické školy: Ošetřovatelství pro zdravotnické asistenty 1. ročník*. 1.vyd. Praha: Grada Publishing, a.s., 2009. ISBN 978-80-247-2830-8

### Obrázky

1. Zdravý talíř ukazuje nové výživové poznatky. [www.margit.cz](http://www.margit.cz): [Sjidelnicek.cz](http://Sjidelnicek.cz) [online]. 27. květen 2013 [cit. 2013-06-21]. Dostupné z: <http://sjidelnicek.cz/zdravy-talir/>