

### 3 Zkušenosti pacientů se stravou v zahraničí

Podnětem k rozběhnutí tohoto projektu byla roky sdílená nespokojenost pacientů s výživou v českých nemocnicích. Kritika zde byla často odrážena tvrzeními, že vše je v pořádku, že moc lépe to nejde, že zdravé jídlo by pacienti nejedli.

V kontrastu s nespokojeností s jídlem v českých nemocnicích se k nám ale čím dál více dostávaly zprávy, jak lépe to jde v zahraničí. I proto jsme se v rámci projektu věnovali detailní rešerši dietních systémů ve všech západních evropských zemích a důležitých zemích mimo Evropu. Výsledky jsou součástí tohoto materiálu a zde pro doplnění pohled ze strany pacientů i příklady několika vyjádření přímo z nemocnic.

*„Dcera se narodila v Norsku, bufetová snídaně i oběd byli samozřejmostí, taktéž možnost dojít si pro jídlo celý den. Vše byly kvalitní potraviny, různé druhy chleba, cereálií, zelenina, ovoce, ovocné šťávy, prostě vše. Pro matku vše zdarma, tatínci si za jídlo platili. Dokonce mi přinesli chleba i na sál a pak hned po porodu džus a svačinku. Nevím, proč by to nemohlo jít i u nás.“*

*„Norsko – tohle konkrétně z porodnice ve Stavangeru: Každé oddělení má místnost, kde jsou stoly a můžeš si jídlo dát tam nebo si ho s sebou vzít na pokoj. Ráno je tam snídaňový bufet (celkem bohatá nabídka, chleby, jednotlivě balené sýry – tvrdý i měkký, šunky, paštiky, máslička, marmeládky, makrely v tomatě. Taký čerstvá zelenina a ovoce, instantní ovesná kaše, jogurty, džusy, voda, čaj, kafe a mléko. Také instantní kakao a vajíčko natvrdo.) K obědu teplé jídlo. Myslím, že si každý den můžete vybrat buď rybu nebo maso. Nejsem si jistá, jestli mají každý den vege variantu. Jídlo bylo poměrně dobré, včetně dezertu. K brzké večeři polévka a potom je tam pořád k dispozici bufet s podobnými věcmi jako ke snídani. Některé věci tam zůstávají celý den (třeba instantní kaše, bujóny, ovoce a nápoje), některé ne.“*

*Na obrázku je vidět bufetový bar, kde ráno ještě přibudou sýry, šunky, zelenina a jogurty. To hlavní jídlo není úplně zdravé, ale je to jejich tradiční vánoční pokrm, tím, že jsme tam byli 25. prosince.“*



Obr.58 Oběd v Norsku



**Obr.59** Snídaňový bufet v Norské nemocnici

*„V nemocnici jsme dostali den předem dotazník, kde jsme vyplnili, jaké jídlo si druhý den přejeme, byl výběr asi z 10 obědů. Každý si tam najde, co mu zrovna vyhovuje, ať už losos, maso nebo vegetariánské produkty. Bufetové byly snídaně a večeře, kde byly k dispozici:*

*Chleba: normální nebo celozrnný, Brötchen – celozrnné, špaldové*

*Tvrdé sýry – vždy dva druhy Emmental, Gouda, hermelín, měkké sýry*

*Šunka, salám, paštika, tvaroh, vejce natvrdo i naměkko, marmelády, nutella*

*Pítí: kafe, caro, asi 5 druhů čajů, kojící čaj*

*Ke každému jídlu: 1 l vody ve sklenici a k dispozici také 100 % pomerančový džus.*

*A na výběr bylo také ovoce a zelenina (jablko, mandarinky, banány). Zelenina hlavně okurky a rajčata.*

*Vždy přijela paní s velkým vozíkem k pokoji, my jsme museli po jednom k ní, ukázala nám, co je k výběru a my jsme říkali co chceme. Vše čerstvé a když něco došlo, zašla pro to do kuchyňky. Je to nejlepší a nejnovější porodnice v Německu, otevřeno duben 2020.”*

*„Moje zkušenosti s porodem v Německu: Po porodu jsem dostala svačinu, dokonce i manžel dostal salát a kávu. Snídaně a večeře byly také formou bufetu – čerstvé ovoce a zelenina, několik druhů pečiva, tři druhy olivového oleje, balsamico, tvrdé sýry, máslo, šunky, müsli, jogurty, semínka. Oběd byl na výběr ze tří chodů, přičemž jeden byl vegetariánský a vždy byl doplněn*

salátem nebo ovocem. Za péči jsem extra nezaplatila ani euro, vše je hrazeno ze zdravotního pojištění. Přála bych si, aby to brzy bylo samozřejmostí i v ČR.”

„Strávil jsem měsíc a půl v Erlangenu, strava vynikající. Pak měsíc Bad Kötzting, kde byl výběr ze čtyř jídel v rámci oběda. Tříkrát týdně teplá večeře, snídaně formou švédského stolu.”

„Maminka má zkušenost s nemocnicí v Německu – skvělé. Spíše takový buffet a člověk si může něco vybrat. Osobní zkušenost mám jen s dětskou nemocnicí v Rusku, velké špatné. Všechno je sladké – sacharidy, processed food atd.”

„Na snídaně a večeře se chodí do „Buffetraum“, kde si pacienti sami nabírají jídlo. Výběr je opravdu široký – čerstvé ovoce, zelenina, několik druhů sýra, uzeniny, máslo, margarín, „Frischkäse“, několik druhů pečiva – chléb, celozrnné housky, bílé housky, dýňové housky atd. Co se týká nápojů, je k dispozici automat, kde si pacient navolí, kávu, cappuccino, horkou čokoládu anebo čaj (na výběr je ze sáčkových čajů – bylinkový, černý, ovocný, zelený), druhý automat je na vodu (perlivá, neperlivá), ke snídani byl podáván pomerančový džus. Vodu a čaj bylo možné si v „Buffetraum“ vyzvednout kdykoliv během dne, kávu pouze během snídaně a večeře. Buffet připravila paní, která jej doplňovala a pak zase uklízela. Obědy přinášely sestry, den předem jsem si vybrala ze tří variant (chod s masem, vegetariánský a bez vepřového). Nasnídat a navečeřet se mohl manžel se mnou za poplatek.

Během porodu nosily porodní asistentky občerstvení a kávu mému manželovi, já jsem neměla na nic chuť, až když bylo po všem, tak mi v noci přinesly housku s máslem a tvrdým sýrem, rajče a okurku, myslím, že se mě zeptali, co mi mají donést.”

„Ve Španělsku, na Tenerife ve veřejné nemocnici dospělý člověk:

snídaně: kafe s mlékem, houska, máslo, šunka

oběd: treska, brambory, polévka z dýně, voda

svačina: kafe s mlékem, tostada (tvrdý chléb?), marmeláda

večeře: pyré ze špenátu”

„Italská nemocnice ve Ferrare. Absolvovala jsem velmi náročnou operaci, kdy mi doslova zachránili život. Stalo se to nečekaně na dovolené. Nebyla to žádná soukromá klinika, ale fakultní nemocnice. Následná péče a strava byla naprosto neuvěřitelná. Jídlo se rozváželo v nerezových miskách, každý talíř či miska měli svoje víčko, aby vše zůstalo teplé. Ráno na snídani vždy suchar tmavý či světlý s libovou šunkou či pršutem. Trochu zeleniny, káva a čaj. Oběd každý den – silný vývar, na dochucení pouze parmazán. Druhé jídlo vždy nějaká kvalitní bílkovina, dušené či pečené maso a dušená nebo pečená zelenina a 1-2 kousky malých brambor nebo těstoviny. Někdy omáčka, opět čistý zeleninový mix.

Na svačinu kvůli dobré peristaltice pečené jablko se skořicí, nebo na slano pečená cibule s parmazánem, nebo miska s ovocem či zeleninou. Na večeři opět dušená zelenina nebo zapečené těstoviny, ryba. Žádné polotovary, tuky, cukry, rohlíky nebo chleba... vše čerstvé, voňavé ochucené bylinkami. Připadala jsem si jako v říši divů. Po celou dobu jsem se setkávala s nesmírnou laskavostí a ohleduplnou péčí a jsem jim za to obrovsky vděčná.“

*„Když jsem byla v porodnici v Anglii tak snídani řešili podobným stylem. Oběd a večeři si člověk vybral z jídelních lístků. Bylo super, že měli zastoupení všech náboženských a dietetických skupin. Takže od halal, koser, vegetariánů, veganů, gluten free, dairy free atd. Okolo deváté večer ještě chodila taková milá paní s velkým vozíkem a nabízela sandwiche od zeleninových, s tuňákem po vaječné, kuřecí atd... Já měla pocit, že jsem spíš v restauraci než v nemocnici.“*

*„Klinika v Zurychu – 4 hvězdičkový hotel! Též strava bez lepku, mléčných výrobků a vajec, a to velmi personalizovaná. Před každým obědem a večeří za mnou přišel personál s jídelním lístkem a objednávali jsme, co si mohu dát vzhledem k mým dietním omezením a pooperačnímu stavu. Foto příkládám.“*



**Obr.60** Oběd v Zürichu

*„Lucembursko. Po operaci byla bageta, roztíratelný sýr, který vedle sýru ani nestál. Oplatka s palmovým olejem jako dezert, džus, který byl jen oslazená voda. Nejedla jsem z toho nic. Jen, že špatná strava není jen v ČR.“*

Zkušenosti jednotlivých pacientů s nemocniční stravou v zahraničí hezky doplňují také citace z webových stránek několika zahraničních nemocnic, které popisují svou nabídku nemocniční stravy:

*„Naším cílem je nabízet kvalitní, čerstvé, chutné a rozmanité potraviny. Každý den si můžete vybrat menu – i vegetariánské – z našeho týdenního jídelníčku, který je vyvěšen na pokoji. Vaše*

*přání obdržíte na pokoji den předem. Jídelníček je sestavován po úzké konzultaci s ošetřujícími lékaři a závisí mimo jiné na povaze vašeho onemocnění nebo operace. V zásadě se snažíme, abyste se co nejdříve opět začali stravovat „normálně“. Existují zde výrazné individuální rozdíly, a proto vás prosíme o pochopení, pokud nemůžeme splnit všechna vaše přání a očekávání ohledně druhu nabízené stravy. V případě jakýchkoliv dotazů nebo speciálních požadavků se však neváhejte obrátit na náš tým v kuchyni nebo na našeho výživového poradce.”(63)*

*„Naše kuchyně má speciálně vyškolené dietology, a proto je schopna nabídnout různé postní kúry a diety. Pokud je pro vás nutná určitá dieta, předepíše vám ji lékař. Pokud již držíte dietu nezávisle na této dietě, informujte nás o tom co nejdříve, abychom mohli zajistit co nejlepší péči.”*

*„Domácí kuchyně je oblíbená i v nemocnici. Lidé k nám přicházejí, protože jsou nemocní nebo zranění. Chceme jim pomoci, aby se cítili dobře, všechno ostatní je dost obtížné. Snídaně, oběd a večeře jsou pro mnoho pacientů pozitivními momenty během dne stráveného v nemocnici. Zejména pro starší lidi je podle Loibla nesmírně důležitý výběr a rozmanitost jídel – a také to, aby chutnala. Pacienti starší 70 let totiž často přijímají příliš málo kalorií. Když jsou nemocní, nepotřebují dietu, ale dostatek bílkovin a živin. A protože lidé v nemocnici „raději jí to, co znají“, značnou část jídelníčku zabírá známá domácí kuchyně.”*