

## 2 Historie nemocničních diet v České republice

Základy dosud používaného systému nemocničních diet pochází z let 1952 až 1954. Tento systém byl v průběhu dalších let několikrát aktualizován (2). Původně byl dietní systém závazným celostátně platným návodem, včetně receptur a technologických postupů. Po novelizaci v roce 1991 se z vyhlášky stalo metodické doporučení Ministerstva zdravotnictví. Dietní systém je dnes tedy pouze doporučením pro zdravotnická zařízení, která si jej mohou individuálně upravovat. I přes dobrovolnost je systém z 50. let minulého století běžným základem dnešních nemocničních diet, které si jednotlivé nemocnice upravují a doplňují podle požadavků svých lékařů a nutričních terapeutů.

Díky jednotnému výchozímu základu zůstala zachována určitá shoda v označování diet, jako je například dieta č. 9 pro pacienty s diabetem či dieta č. 3, tzv. racionální, pro pacienty bez speciálních dietních potřeb, kterou má podle průzkumu sekce nutričních terapeutů České asociace sester z roku 2018 zpravidla předepsanou polovina hospitalizovaných pacientů. Současně jsou mezi nemocnicemi výrazné rozdíly v počtech diet (od jednotek až po několik desítek), ve složení těchto diet (skladbě jídelníčků a použitých receptur), v kvalitě vstupních potravin a surovin, výši stravovací jednotky (finanční limit pro celodenní stravu), postavení a přístupu nutričních terapeutů. Technicky vzato jsou dnes pravidla pro léčebnou výživu interním dokumentem daného zdravotnického zařízení. Jednotlivá zdravotnická zařízení si určují základní pravidla, rozsah i složení diet.

### 2.1 Přehled nejčastějších nemocničních diet

**Dieta číslo 0 (tekutá)** – předepisuje se na kratší dobu (zpravidla jeden den) pro pacienty po operaci trávicího traktu a dutiny břišní nebo při ztíženém polykání. Je výživově neplnohodnotná.

**Dieta číslo 1 (kašovitá)** – je indikována při ztíženém kousání a polykání. Je určena k dlouhodobému podávání, její energetická hodnota je 9500 kJ.

**Dieta číslo 2 (šetřící)** – je indikována při onemocnění žaludku, po odeznění akutního stadia peptického vředu, při chronickém onemocnění jater nebo pokud je potřeba stravu odlehčit z jiných důvodů (např. při horečnatých stavech, po porodu apod.). Při této dietě jsou povolené pouze lehké a nedráždivé potraviny, z technologických úprav se používá vaření, dušení, pečení nebo příprava na pánvi bez tuku. Je určena k dlouhodobému podávání, její energetická hodnota je 9500 kJ.

**Dieta číslo 3 (racionální)** – tato dieta je určena pro pacienty bez potřeby dietního omezení a měla by splňovat zásady zdravé výživy. Její energetická hodnota je 9500 kJ, z toho 80 g bílkovin, 70 g tuků a 320 g sacharidů. Mezi obvyklá doporučení patří obsah vlákniny 30 g/den a množství soli do 5–7 g/den. Maso se má preferovat libové, mléko a mléčné výrobky polotučné. Zelenina a ovoce jsou doporučovány v 5–6 porcích za den, ryby 2× týdně. Smažená jídla se doporučuje zařazovat do jídelníčku jen výjimečně.

**Dieta číslo 4 (šetřící s omezením tuků)** – je indikována při onemocnění žlučníku a pankreatu po odeznění akutního stadia a přechodně po virovém zánětu jater. Její energetická hodnota je 9500 kJ, z toho 80 g bílkovin, 55 g tuků a 360 g sacharidů.

**Dieta číslo 5 (bezezbytková)** – je indikována při průjmovém onemocnění, dráždivém tračníku, chronické enterokolitidě a relapsu nespecifických střevních zánětů. Její energetická hodnota je 9500 kJ.

**Dieta číslo 6 (nízkobílkovinová)** – důraz se zde klade na snížení obsahu bílkovin ve stravě, při kterém se zachovává minimální dávka pro organismus nezbytných plnohodnotných bílkovin. Předepisuje se pro pacienty s onemocněním ledvin.

**Dieta číslo 7 (nízkocholesterolová)** – tato dieta by neměla být od roku 2008 zařazována do dietního systému.

**Dieta číslo 8 (redukční)** – je indikována u obézních pacientů, u kterých chceme dosáhnout váhového úbytku z důvodu přítomnosti onemocnění souvisejícího s obezitou. Může mít několik forem, které se liší energetickou hodnotou.

**Dieta číslo 9 (diabetická)** – je určena pro pacienty s diabetem. Je modifikována podle příjmu sacharidů: 175–320 g/den.

**Dieta číslo 10 (neslaná)** – dieta je určena pro léčbu onemocnění, při nichž dochází k zadržování vody a k tvorbě otoků, např. při nefrotickém syndromu, preeklampsii, dekompenzované hypertenzi a srdečním selháváním.

**Dieta číslo 11 (výživná)** – dieta je určena pro pacienty se zvýšenou nutriční potřebou, například pro pacienty, kteří v důsledku nemoci ztratili značné množství své tělesné hmotnosti, u nichž je cílem zvýšit tělesnou hmotnost. Dieta je indikována při rekonvalescenci, onkologickém onemocnění, oslabené imunitě, při malnutrici a v modifikované podobě také u těhotných a kojících žen. Specifikem diety je navýšení množství bílkovin v potravě na 100–105 g/den a častější podávání pokrmů během dne.

**Dieta číslo 12 (batolecí)** – dieta je určena pro děti do tří let. Strava je připravovaná do měkka, většinou ve formě kaší, maso je namleté a celkově pokrmy nejsou dráždivé ani ostré.

**Dieta číslo 13 (strava dětí)** – je určena pro pacienty do patnácti let. Je pestrá a zahrnuje přiměřené množství ovoce a zeleniny. Z důvodu růstu organismu se zde dbá na dostatečný přísun vápníku potravou, proto jsou v jídelníčku více zastoupeny mléčné výrobky, většinou ve formě přesnídávek a svačin. Energetický obsah je modifikován dle věku.

**Diety speciální** – například dieta při fenylketonurii nebo dieta bezlepková. Jejich specializace spočívá v omezení používaných surovin a/nebo výrobních postupů.

**Dieta individuální (rozepsaná)** – je indikována pacientům, které z nějakého důvodu nelze začlenit do dietního systému. Jsou to pacienti se specifickými požadavky na stravování z důvodů nesnášenlivosti některých potravin nebo z nedůvěry, odporu, náboženských či jiných důvodů. Do této skupiny mohou patřit onkologičtí pacienti či pacienti s nechutenstvím.