

LÁZEŇSKÝ DIETNÍ SYSTÉM – LÉČEBNA DOSPĚLÝCH

Státní léčebné lázně Janské Lázně, s.p. pro Vás připravují stravu dle mnoha léčebných diet. Základní dieta a veškeré speciální diety, jsou-li předepsány lékařem, jsou pro Vás připravovány bez příplatku (neplatí pro doprovody). Speciální dietu, kterou Vám lékař nepředepsal, Vám rádi připravíme za příplatek. Základní diety jsou připravovány automaticky. V případě, že máte předepsanou či požadujete speciální dietu, prosíme, kontaktujte nutriční terapeutku.

1. Základní dieta

Dieta č. 3 (racionální) – podává se pacientům, u kterých není potřeba žádného dietního omezení, tzn. jsou schopni přijímat normální stravu. Většinou se jedná o pacienty s onemocněním pohybového aparátu, po úrazech a pacienty s respiračním onemocněním, tzn. ve všech případech, kde není léčen trávicí trakt, nebo léčena metabolická funkce organismu. E: 9500 kJ, B: 80g, T: 70g, S: 320g

Klienti se základní dietou, tzn. bez dietního omezení, mají možnost výběru ze dvou menu.

2. Speciální diety

Dieta č. 4,2 (šetřící s omezením tuků) – podává se pacientům, u kterých odeznívá akutní stadium onemocnění slinivky břišní a při onemocnění jater, žlučníku, či v období rekonvalescence žloutenky. Dieta je plnohodnotná, lehce stravitelná, dlouhodobě užitelná, má snížený obsah tuku, proto má také mírně protisklerotický charakter. Dietu lze zároveň použít při funkční žaludeční dyspepsii, chronické gastritidě, vředové chorobě žaludku a dvanáctníku, při chronických chorobách jater, zánětu tlustého střeva v klidovém období bez průjmu, vleké pankreatitidě a v pozdějším stadiu po prodělaném infarktu myokardu. E: 9500 kJ, B: 80g, T: 55g, S: 360g

Dieta č. 2/1 (šetřící kašovitá) – podává se pacientům po operaci trávicího traktu, nejčastěji po operaci žaludku, při těžších poúrazových změnách v dutině ústní, po chirurgických zákrocích v dutině ústní, po poleptání jícnu, u starších osob se špatným chrupem a pacientům s dysfagií. Dieta je plnohodnotná a lehce stravitelná. Tato dieta je určena k dlouhodobému užívání. Dieta je vhodná i pro pacienty s onemocněním diabetes mellitus. Strava je doplněna o přídatky, tak aby byl zajištěn rovnoměrný příjem sacharidů. E: 9500 kJ, B:80g, T:70g, S:360g

Dieta č. 8 (redukční) – podává se pacientům, kteří trpí obezitou. Ze stravy jsou vyloučeny potraviny, které obsahují volné koncentrované cukry (cukr, med, čokoláda, atd.), omezují se dávky potravin, které obsahují škrob ve formě polysacharidů (mouka, knedlíky, ovesné vločky, krupice, atd.). Dále jsou ze stravy cíleně vyloučeny volné tuky a omezen musí být také příjem potravin obsahujících tzv. skryté tuky. Hlavní jídlo se podává bez polévky, protože polévky podporují chuť k jídlu a představují zvýšení denního množství přijaté energie. E: 5300 kJ, B: 75g, T: 40g, S: 150g

Dieta č. 9 (diabetická) – je určena pacientům s onemocněním diabetes mellitus. Strava má být plnohodnotná, pestrá. Mělo by být dodrženo správné časové rozložení mezi jednotlivými chody jídel. U pacienta se omezují dávky potravin, které obsahují složené cukry (škrob, mouka, atd.), vylučují se potraviny, které obsahují sacharidy (med, džem, čokoláda, atd.) a koncentrovaný cukr. Tato dieta je základním léčebným prostředkem a je určena k trvalému užívání. Důležité je rozdělit jídlo do pěti až šesti dávek denně, abychom zabezpečili rovnoměrný příjem sacharidů. U obézních diabetiků ve vyšším věku má vést k redukci váhy omezení množství sacharidů. Velice důležitá je tzv. druhá večeře u diabetiků na inzulínoterapii. E: 7400 kJ, B: 60g, T: 75g, S: 225g

Dieta 9S (diabetická šetřící) – podává se při onemocnění diabetes mellitus ve spojení s některým onemocněním trávicího traktu. Ze stravy se vylučují cukry, je omezen příjem tuků, složení a úprava je lehce stravitelná, nenadýmavá a plnohodnotná.

Dieta č. 7 (kardioprotektivní/nízkocholesterolová) – je určena pacientům se zvýšenou hodnotou cholesterolu v krvi, při onemocnění srdce a cév. Strava je plnohodnotná, pestrá. Důraz je kladen na vyšší množství vlákniny a na kvalitní zdroje rostlinných tuků. U pacienta se omezují dávky potravin, které obsahují živočišné tuky, vylučují se potraviny, které obsahují velké množství soli (uzeniny, tavené sýry, dochucovadla). Mělo by být dodrženo správné časové

LÁZEŇSKÝ DIETNÍ SYSTÉM – LÉČEBNA DOSPĚLÝCH

rozložení mezi jednotlivými chody jídel. Tato dieta je určena k trvalému užívání. E: 9500 kJ, B: 80g, T: 70g, S: 320g
Cholesterol: max. 150mg/den Na: max. 2300mg/den

Dieta č. 5S (při akutním průjmu, zvracení) – dieta je připravena pro období probíhajícího průjmu či zvracení. V této době budou podávány pouze suchary, černý čaj, banán, rýže vařená, mrkev vařená, bramborová kaše.

Dieta č. 5 (bezezbytková) – připravena pro rekonvalescenci po období průjmů či zvracení na dobu 2-3 dnů po odeznění obtíží (přechod z diety 5 na normální stravu).

Dieta bezlepková – podává se pacientům s onemocněním tenkého střeva (celiakální sprue). Hlavní zásadou léčby je dodržování dlouhodobé bezlepkové diety. Ze stravy je nutné vyloučit potraviny, které obsahují lepek. Ten je hlavní součástí zrn obilovin - pšenice, ječmene, žita a ovsá.

Dieta při intoleranci laktózy – předepisována je při všech stavech, které jsou podezřivé z nedostatku enzymu laktázy. Jedná se o stavy vrozené, které se projevují těžkým průjmem po mléku. V lehčích případech stačí vyloučit ze stravy mléko a podávat mléko bezlaktózové, při těžších případech jsou ze stravy vyloučeny i mléčné výrobky. Vápník je nutné dodávat medikamentózně, především v období kojení, růstu a v těhotenství.

3. Příplatky za speciální diety

Základní dieta je v jídelníčku pevně daná a pro klienty připravovaná bez příplatku. Speciální diety jsou bez příplatku poskytovány pouze v případě, že jsou předepsány lékařem. Pokud klient žádá speciální dietu bez předpisu lékaře, bude mu poskytnuta za příplatek 150,- Kč na den.

Pro doprovody je připravována základní dieta bez příplatku. Za speciální dietu pak platí doprovod příplatek ve výši 150,- Kč na den.

Pro klienty i doprovody je dále možnost individuální diety za příplatek 300,- Kč/den.

4. Doplnující informace

Kašovitou či mletou úpravu stravy lze bezplatně domluvit pro všechny druhy diet.

Váš požadavek na speciální dietu (předepsanou i nepředepsanou lékařem) prosím sdělte neprodleně po obdržení předvolání k pobytu nutriční terapeutce na telefonním čísle 499 860 161.