



U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2
www.vfn.cz

Praha, 22. 6. 2021

TISKOVÁ ZPRÁVA

Revoluční změna stravování v nemocnicích: česká klasika je úspěšná v boji proti podvýživě, ale jasně vítězí FIT dieta!

Po 65 letech konečně nastal čas pro změnu systému stravování hospitalizovaných pacientů v nemocnicích. Všeobecná fakultní nemocnice v Praze (VFN) se stala pilotním pracovištěm, kde se podle nového Metodického doporučení MZ ČR vaří jídla, která splňují aktuální požadavky Světové zdravotnické organizace (WHO), jsou moderní, chutná, zajímavá, zdravá a ekonomicky dostupná. Zároveň se nezapomíná ani na pacienty, kteří trpí nechutenstvím, jsou podvyživení nebo preferují klasickou českou stravu. U těchto pacientů je nejdůležitější, aby snědli ze své porce co nejvíce, podpořila se chuť k jídlu a neprohlubovala se malnutrice.

Diety pro pacienty, které se v Česku do roku 2020 vařily, vycházely z dietního systému z roku 1955! Každá nemocnice připravovala svůj vlastní dietní systém, který měl odpovídat potřebám jednotlivých zařízení, a velmi záleželo na tom, jak se vedoucí nutriční terapeut a ústavní dietolog zajímají o novinky v oblasti výživy nemocných ve světě. Současná doporučení formulovaná na základě vědeckých poznatků o výživě ve zdraví a při nemoci se totiž zásadním způsobem za více než půl století změnila. „*Jsem rád, že můžeme pacientům dopřát chutnou, zdravou a také nutričně vyváženou stravu, která nebyla v historii standardem podávané péče, ale díky odborné pracovní skupině složené z odborníků, kterou jsem vytvořil při Ministerstvu zdravotnictví, a novému metodickému doporučení, jsme to dokázali změnit. Strava je důležitou součástí spokojenosti a následného uzdravení pacientů,*“ dodal ministr zdravotnictví ČR Mgr. et Mgr. Adam Vojtěch, MHA.

Strava pro 21. století klade důraz na kvalitu diet

Proto vznikla při Ministerstvu zdravotnictví ČR pracovní skupina, složená ze zástupců společností sdružených v Alianci pro nutriční péči o.p.s. Všeobecná fakultní nemocnice v ní měla své členy: vedoucí nutričních terapeutů VFN Mgr. Lucii Růžičkovou a ústavního dietologa doc. MUDr. Františka Nováka, Ph.D. ze IV. interní kliniky VFN a 1.LF UK v Praze. „*Vytvořili jsme doporučený postup stravování a nutriční péče pro 21. století,*“ vysvětluje revoluční proměnu stravování Lucie Růžičková. „*Základem změn ve stravování je důraz na kvalitu diet. Na prvním místě je chutnost a atraktivita jídla pro pacienty a současně zůstávají samozřejmostí potřebné nutriční hodnoty a bezpečnost konzumace. Stravování představuje v nemocnici nejdůležitější součást systému nutriční péče, který může podle nového metodického doporučení fungovat jen s garancí nutričních terapeutů a lékařů nutricionistů,*“ doplňuje doc. František Novák.

„*Zároveň jsme se rozhodli nový systém stravování jako první nemocnice v Česku využívat přímo v naší kuchyni,*“ komentuje ředitel VFN prof. MUDr. David Feltl, Ph.D., MBA a dodává: „*Chceme ukázat i ostatním zařízením, že Metodické doporučení lze převést do praxe a není to jen „nedosažitelná teorie“. Osobně mám radost, že na jídelníčku jsou v nabídce stejná jídla pro pacienty i zaměstnance a všem chutná. To považuji za jasný důkaz, že se změna podařila.*“



U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2
www.vfn.cz

Praha, 22. 6. 2021

TISKOVÁ ZPRÁVA

Pacienti mají možnost volby: českou klasiku, středomořskou nebo orientální kuchyni

Základní kámen proměny tvoří nový jednotný princip základních diet pro pacienty. Při příjmu k hospitalizaci lékař doporučí jednu z variant: dietu 3 MAL (pro pacienty v riziku malnutrice), což je dieta primárně určená pro pacienty s rizikem podvýživy. „*Jejím cílem je přizpůsobit se nemocným s nechutenstvím tak, aby se co nejvíc snížilo riziko dalšího snižování jejich hmotnosti. Jídla mají vyšší obsah energie a bílkovin, jsou „typicky česká“.* V rámci 3 MAL se denně servíruje oblíbená česká klasika, třeba svíčková, španělské ptáčky, čevabčiči s bramborovou kaší a okurkovým salátem nebo omáčky,“ vypočítává šéfkuchař VFN Petr Slivoně. Další volbou je dieta 3 FIT (pro pacienty bez rizika malnutrice). „*Dieta 3 FIT umožní zdravě se stravující části populace zachovat si své stravovací návyky i po dobu hospitalizace a dalším ukáže, jak lze jíst zdravě a zároveň chutně,*“ vysvětluje Lucie Růžičková. Dieta se skládá ze tří variant pokrmů. První obsahuje typické české suroviny: pohanku, jáhly, čočku, kořenovou zeleninu či červenou řepu. Koření se majoránkou nebo česnekem. Druhým typem jídel je středomořská kuchyně: těstoviny, rizota, olivy, ryby, olivový olej a k tomu bylinky, například tymián, oregano, bazalka či rozmarýn. Pacientům se minimálně dvakrát týdně servírují ryby. Třetím typem jídel je orientální kuchyně. Jídla s kuskusem, kokosovým mlékem a kari kořením. Asijská jídla jsou u české populace ve velké oblibě, představují ideální variantu pro vegetariány.

Zásadním způsobem se zvyšuje důležitost role nutričního terapeuta

Pacienti mají při příjmu možnost probrat své stravovací návyky s nutričním terapeutem. Nutriční terapeut se na klinice zabývá přednostně pacienty v nutričním riziku nebo pacienty s dietními omezeními. Hodnotí jejich nutriční stav a navrhuje nutriční plán na základě individuálně stanovené potřeby energie a živin a v souladu s léčebným cílem. Je totiž velice důležité, aby pacientovi chutnalo. Když pacientovi zvolený způsob stravy nevyhovuje, je možné ho zaměnit za druhou variantu nebo individuálně upravit. Nutriční terapeut poradí i s výběrem jídelníčku u konkrétních onemocnění.

Zkušenosti po 9 měsících: Vítězí FIT dieta!

Devět měsíců od zavedení nových diet ukázalo, že se denně místo předpokládaných 5 % připravuje 5x více, tedy 25 % diet ve zdraví 3 FIT a jen 75 % diet pro pacienty v riziku malnutrice 3 MAL. Je to výrazně více, než nutriční terapeuti očekávali. Pacientů v ohrožení podvýživou je samozřejmě v nemocnicích mnohem víc. Dietu 3 FIT si oblíbili i někteří onkologičtí pacienti, kteří mají často sníženou chuť na maso. „*Nové diety využíváme i pro stravování zaměstnanců. Mají na výběr kromě diet 3 FIT a 3 MAL ještě třetí variantu: saláty, obložené bagety, wrapy. Vítězství diety FIT oproti očekávané české klasice nás velmi příjemně překvapilo,*“ dodává Mgr. Lucie Růžičková s tím, že ve VFN vznikla originální Kuchařka receptů pro dietu 3 FIT, kuchaři stále zkoušejí nová jídla a občas jim jídelníček zpestří.



U Nemocnice 499/2, 128 08 Praha 2
www.vfn.cz

Praha, 22. 6. 2021

TISKOVÁ ZPRÁVA

O Všeobecné fakultní nemocnici v Praze

Všeobecná fakultní nemocnice v Praze (VFN) patří mezi největší nemocnice v ČR. Poskytuje základní, specializovanou, a zvláště specializovanou léčebnou, ošetrovatelskou, ambulantní a diagnostickou péči dětem i dospělým ve všech základních oborech. Zajišťuje také komplexní lékařskou péči, včetně technologicky náročných příprav cytostatik nebo sterilních léčivých přípravků. Je zároveň hlavní výukovou základnou 1. lékařské fakulty Univerzity Karlovy v Praze a největším výzkumným medicínským pracovištěm v ČR.

www.vfn.cz

O 1. lékařské fakultě Univerzity Karlovy

1. lékařská fakulta Univerzity Karlovy je největší z českých lékařských fakult – navštěvuje ji přes 4500 studentů. Základními studijními programy jsou všeobecné a zubní lékařství, kromě nich nabízí fakulta studium dalších zdravotnických oborů, specializační a celoživotní vzdělávání a řadu doktorských programů. Každoročně absolvuje 1. LF UK více než 300 nových lékařů

www.lf1.cuni.cz

Pro další informace:

Mgr. Marie Heřmánková, tisková mluvčí VFN v Praze, e-mail: marie.hermankova@vfn.cz, tel.: 224 962 074