



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.

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