

Špatný jídelníček vás při nemoci může i zabít

Praha – Nechodit v nemocnici na oběd se nevyplácí. Potíže způsobené podvýživou totiž mohou nejen zpomalit hojení po operaci a prodloužit hospitalizaci, ale dokonce vás mohou stát i život. Zvláště u starších pacientů je totiž riziko úmrtí vyšší skoro o třetinu.

„Podvýživa neznamená, že by pacient musel umírat hlady. Když ale nemá potřebné živiny, mohou mu chybět síly na operaci. Organizmus si pak totiž bere bílkoviny ze svalů, což může u starších lidí vést i k tomu, že nedokážou vstát z postele,“ vysvětluje Pavel Kohout z pražské Thomayerovy nemocnice.

A problém podvýživy v nemocnicích skutečně není zanedbatelný. Během hospitalizace zhubne téměř polovi-

Z KDYŽ NÁM V NEMOCNICI NECHUTNÁ

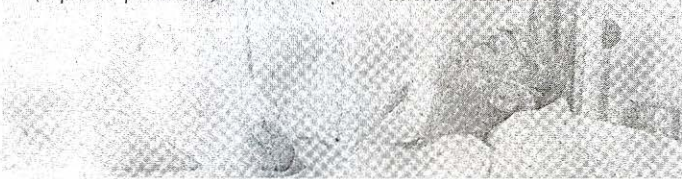
Během pobytu v nemocnici se zhorší výživa u 50 až 80 % pacientů.

Co hladovění způsobí

- Prodloužení pobytu v nemocnici o **20 až 50 %**
- Zvýšení úmrtnosti až o **30 %** v závislosti na věku a diagnóze
- **Zvýšení** počtu komplikací – infekcí, zhoršení hojení ran po operaci, snížení síly

Kdo by si měl dát největší pozor

- **Senioři** nad 65 let
- Pacienti s onemocněním **trávicího** traktu
- **Neurologičtí** pacienti (například po mrtvici)
- Lidé s poruchami **příjmu** potravy
- Pacienti připravující se na operaci (strach může způsobit nechutenství)
- Pacienti s **rakovinou**



ZDROJ: NUTRICIA

FOTO: SHUTTERSTOCK

INFOGRAFIKA DENÍK/ JINDŘICH ČECH

na lidí. Nechutenství či žaludeční potíže, které doprovázejí většinu nemocí, pacienta nezdědka odradí od toho, aby si dopřál plný talíř. Celou porci v nemocnici sní necelá třetina. Naopak téměř pětina na talíři nechá více než třičtvrtě porce.

Většina nemocnic se navzdory alarmujícím číslům problémem zabývat nezačala. Dohled nad rizikovými pacienty by totiž měli držet nutriční terapeuté, kterých je u nás stále nedostatek. Pouhá třetina lékařů přitom mluví o rizicích podvýživy s pacienty.

„Celých 60 procent rodin se pak o nemocného stará doma. I zde je podvýživa běžná, protože rodina neví, jak proti ní bojovat,“ dodává odborník na výživu Přemysl Škaloud. (mk)