

Příklad teoreticko- praktické práce pro obor DIPLOMOVANÝ NUTRIČNÍ TERAPEUT:

Příklady témat:

- *Nutriční terapie u nádorových onemocnění*
- *Obezita u dětí a dospělých*
- *Diabetes mellitus u dětí*
- *Výživa v dětském věku*
- *Edukace diabetika II. typu z pohledu nutriční terapie*

1 Úvod – student:

- formuluje východiska, cíl/e své práce
- uvede, co je známo a z čeho vychází
- stručně informuje o tom, z jakých částí se práce skládá, co je jejím obsahem, popř. proč si vybral právě toto téma, tento problém
- naznačuje obsah a rozsah řešeného problému
- stručně hodnotí dosavadní řešení problému v odborné literatuře či v klinické praxi (nebo v odborné praxi)

2 Teoretická část – student:

- řadí kapitoly a subkapitoly logicky za sebou (např. popis onemocnění, farmakologickou léčbu, dietní opatření, edukace a její cíle, jednotlivé fáze)
- charakterizuje sledovanou problematiku
- uvádí chronologický vývoj daného problému, tématu, důležité mezníky
- prezentuje vlastní zkušenosti (může uvést výsledky vlastních pozorování i výzkumů, poznatků z praxe)
- uvádí praktické využití dané problematiky pro práci nutričního terapeuta
- neopisuje pouze jednotlivá zjištění z knih či internetu, ale pokouší se dívat na problém/téma širším způsobem

3 Praktická část – student:

- zpracuje kazuistiky (viz příklad)
- může též zpracovat více kazuistik a srovnat je ze sledovaných rovin (aktivní zapojení, rodinné zázemí, nespolupracující klient, výsledky dietního opatření aj.)

4 Závěr – student:

- shrnuje získané poznatky
- navrhuje řešení a další postupy
- sebekriticky srovnává svůj záměr a dosažení cílů práce
- naznačuje možnosti praktického uplatnění výsledků práce

Příklad kazuistiky u NUTRIČNÍCH TERAPEUTŮ (*praktická část*)

3.1 Úvod – stanovení problému, který bude následně řešen (špatné stravovací návyky, neporozumění diagnóze, nutnost úpravy stravovacích zvyklostí, samotné onemocnění...)

3.2 Edukace klienta

3.2.1 Nutriční vyšetření – uvádí se vždy čas a místo, klima, přítomné osoby, metody, pomůcky...

U všech klientů – věk, pohlaví, hmotnost, výška, BMI

Je nutné uvést vždy metody ke ujištění stavu výživy (váha, výška, BMI, obvod pasu, obvod boků a jiné!)

3.2.2 Anamnézy: osobní anamnéza (s čím se kdy léčil, u dětí termín a typ porodu, váha, míra...), **rodinná anamnéza** (onemocnění rodičů, dětí, sourozenci...), **sociální anamnéza** (stav, zaměstnání, kde a s kým bydlí, u dětí typ školy, zájmy...), **nynější onemocnění** (současná onemocnění, jak a kdy se na nemoc přišlo...)

3.2.3 Důvod vyšetření – např. edukace o diabetické dietě, redukční dietě...

Cíl, postup edukace, motivace!

3.2.4 Nutriční vyšetření – aktuální režim stravování (3 – 4x denně), pitný režim (3 l denně), alkohol (3 piva týdně), káva (2x denně), maso (hovězí, vepřové, kuřecí, ryby), uzeniny (párky, vuřty), vejce (jen do jídel), tuky (máslo, olej), smažené pokrmy (denně), mléčné výrobky (sýry, jogurty – jen tučné druhy), pečivo (rohlíky, chléb, jen bílé), sladkosti (čokolády, buchty, koláče), ovoce (občas, banány), zeleniny (pouze rajčata), luštěniny (nejí z důvodu nadýmání), ostatní (instanční polévky, přílohy neodvažuje, má v oblibě knedlíky, zatímco brambory a těstoviny nejí)

3.2.5 Nesnášenlivost potravin – alergie, metabolismus, zažívací potíže (průjem, zácpa), problémy příjmu potravy (polykání, chrup)

3.2.6 Doporučený plán stravy na příští období – vlastní postup edukace

(charakterizovat časový úsek), např. **dieta diabetická redukční na 135 g sacharidů**, strava – 6x denně, pitný režim – 2,5 l neslazených nápojů denně, doporučeno odvažování sacharidových potravin – přílohy, nesmažit, nezahušřovat, potraviny s nízkým cukrem, zařadit maso kuřecí, krůtí,

2 – 3x týdně ryby, z uzenin pouze šunku, mléčné výrobky – sýry do 30 % t. v. s., mléko, tvaroh do 1,5 % tuku, pozor na tekuté mléčné výrobky (mléko, kefir – 1 porce 200 ml, jogurt 1 ks – ovlivňují glykémii), tuk volně nepoužívat – nemastit, nemazat, na přípravu jídel 10 g/den – rostlinné oleje (řepkový, olivový), pečivo – chléb či celozrnné druhy – odvážit, nekonzumovat Dia výrobky, místo sladkostí občas zařadit neslazený pudink, tvaroh s ovocem, ovoce 2 ks/den (ne banány, hroznové víno, švestky, hrušky – ovlivňují glykémii), k hlavním jídlům vždy zařadit dostatek zeleniny (150 – 200 g).

Pacient byl s dietou podrobně seznámen a rozumí jí. Předané materiály: např.

diabetická dieta redukční, vliv sacharidů na glykémii, možnost telefonické konzultace a objednání dle potřeby aj.

U ambulantních klientů: navíc aktuální diagnózy, farmakologická medikace, fyzická zátěž.

Kontrola (návštěva ze dne...) – důvod vyšetření, další kontrola po 14 dnech s jídelníčkem), vyšetření – **hmotnost: nárůst/úbytek** hmotnosti, **změna medikace, metabolismus, pohybová aktivita, současný režim stravování** – vypsát dle údajů klienta, **doporučení, materiály, zhodnocení přístupu klienta/pacienta, spolupráci!**

3.3 Závěr a diskuse – jak a zda se podařilo problém odstranit a jakými metodami, po kolika edukačních kontrolách, navrhovaná opatření – zapojit více rodinu, kontakt se sociálním pracovníkem, celkové zamyšlení nad problémem – srovnání s odbornou literaturou nebo jinými závěrečnými pracemi na podobné téma, návrh na další edukaci atd.