OBSAH

1. ÚVOD K VÝŽIVĚ U ONKOLOGICKY NEMOCNÝCH 7

2. PORUCHA VÝŽIVY U PACIENTA S NÁDOROVÝM ONEMOCNĚNÍM 8

3. VŠEOBECNÉ ZÁSADY VÝŽIVY U ONKOLOGICKÉHO PACIENTA 12

4. DIETNÍ DOPORUČENÍ PŘI JEDNOTLIVÝCH POTÍŽÍCH 16

4.1. Doporučení při nechutenství 17
4.2. Doporučení při nevolnosti 18
4.3. Doporučení při zvracení 19
4.4. Doporučení při změnách vnímání chutí 20
4.5. Doporučení při bolesti v dutině ústní a při bolestivém polykání 21
4.6. Doporučení při suchosti v dutině ústní 22
4.7. Doporučení při průjmu 23
4.8. Doporučení při zácpě 24

5. PRAKTICKÉ NÁVRHY KE ZLEPŠENÍ STAVU VÝŽIVY 26

5.1. Jak zvýšit energetický obsah stravy 26
5.2. Potraviny a jídla vhodné pro přesnídávku 27
5.3. Jak zvýšit obsah bílkovin ve stravě 28

6. DIETY PRO SPECIÁLNÍ POUŽITÍ 30

6.1. Tekutá výživa (zabezpečující pouze přívod tekutin) 30
6.2. Plnohodnotná tekutá výživa 32
6.3. Kašovitá měkká výživa 33
6.4. Dieta s nízkým obsahem zbytků 35
6.5. Pokrmy s nízkým obsahem mikroorganismů 37

7. POTRAVINY S VYŠŠÍM OBSAHEM NĚKTERÝCH VITAMÍNŮ, MINERÁLŮ A STOPOVÝCH PRVKŮ 39

7.1. Potraviny s vyšším obsahem draslíku 39
7.2. Potraviny s vyšším obsahem vápníku 41

7.3. Potraviny s vyšším obsahem hořčíku 42
7.4. Potraviny s vyšším obsahem železa 43
7.5. Potraviny s vyšším obsahem vitamínu C 44
7.6. Potraviny s vyšším obsahem vitamínu E 45
7.7. Potraviny s vyšším obsahem vitamínu A 46
7.8. Potraviny s vyšším obsahem zinku 48
7.9. Potraviny s vyšším obsahem selenu 49

8. TABULKY PRO VÝPOČET CELKOVÉ ENERGETICKÉ POTŘEBY 50

9. NUTRIČNÍ DOPLŇKY 52

10. PREVENTIVNÍ VÝŽIVA VE VZTAHU K ONKOLOGII 57

11. ALTERNATIVNÍ DIETETICKÉ PŘÍSTUPY 60

12. ZÁVĚR 63

13. RECEPTY 65
13.1. Nápoje 65
13.2. Saláty 70
13.3. Polévky 75
13.4. Zeleninové pokrmy 80
13.5. Drůbeží maso 86
13.6. Telecí, jehněčí, králičí maso 91
13.7. Ryby 94
13.8. Luštěninové pokrmy 97
13.9. Omáčky a přílohy 100
13.10. Zálivky a dresinky 104
13.11. Sladká jídla a moučníky 106

14. TABULKA VÝŽIVOVÝCH HODNOT NĚKTERÝCH POTRAVIN 112

Literatura použitá k výpočtu nutričních hodnot uvedených potravin 116
Seznam zkratek 116

REJSTŘÍK 117