

Obsah

Předmluva	9
I. Úvod	11
II. <i>Správná výživa zdravého člověka</i>	16
Obecné zásady	16
Kalorická hodnota potravy	19
Regulace příjmu potravy	23
Glycidy	28
Tuky	32
Bílkoviny	37
Vitamíny	46
Vitamíny rozpustné ve vodě	46
Vitamíny rozpustné v tuku	52
O účelnosti zvýšeného přívodu vitamínů	55
Minerální látky	59
Voda	68
Záruky správného příjmu potravy	71
III. <i>Výživa v různém věku a za zvláštních podmínek</i>	77
Výživa v dětství	77
Výživa ve stáří	80
Výživa v těhotenství a při laktaci	82
Výživa za zvláštních podmínek	83
IV. <i>Základní charakteristika poživatin a způsobu jejich úpravy na pokrm</i>	86
Maso, masné výrobky, vejce	87
Maso	87
Vnitřnosti	88
Drůbež	89
Zvěřina	89
Ryby	89
Masné výrobky	90
Vejce	90
Zhodnocení potravin této skupiny	91
Výrobky z obilovin	92
Charakteristika základních obilovin	93
Chléb	94
Pečivo a těstoviny	95
Zhodnocení potravin této skupiny	96
Mléko a mléčné výrobky	96
Mléko	96
Mléčné výrobky	98

Zhodnocení potravin této skupiny	100
Brambory, zelenina a ovoce	100
Brambory	100
Zelenina a ovoce	101
Luštěniny	104
Zhodnocení potravin této skupiny	104
Tuky	105
Zhodnocení potravin této skupiny	108
Cukr, sladidla a cukrářské zboží	108
Zhodnocení potravin této skupiny	110
Pochutiny	110
Zhodnocení pochutin	112
Nápoje	113
Zhodnocení nápojů	114
Úprava potravy na pokrm	115
V. <i>Základní principy současné dietoterapie</i>	119
VI. <i>Obecná dietoterapie</i>	123
Diety s omezením kalorií	123
Redukční dieta	123
Krátkodobé diety s omezením kalorií	131
Realimentační dieta	134
Dieta u lehčích forem denutrice	137
Dieta u těžších forem denutrice	139
Realimentace tekutou dietou	140
Dieta s omezením bílkovin	142
Dieta s vyšším obsahem bílkovin	149
Diety s omezením tuku	156
Diety s menším obsahem tuku	156
Dieta s omezením nasycených mastných kyselin a zvýše-	
ným obsahem nenasyčených mastných kyselin	161
Diety s omezením glycidů	166
Diety s omezením solí	171
Dieta s omezením sodných solí (tzv. neslaná dieta)	171
Dieta s omezením solí kyseliny šťavelové	178
Diety šetřící trávicí ústrojí	179
Velmi přísně šetřící neplnhodnotné diety	182
Šetřící plnohodnotné diety	184
Diety převážně mechanicky šetřící	186
Speciální diety	187
Dieta s omezením purinů	187
Bezlepková dieta	188
Syrová strava	190
Diety při vzácných metabolických odchylkách (fenyлке-	
tonurie, galaktosurie)	191
Diagnostické diety	192
VII. <i>Speciální dietoterapie</i>	194
Choroby z nesprávné výživy — malnutrice	194
Celková podvýživa — denutrice	195
Karence některých složek potravy	197
Otylost	200

Infekční choroby	209
Dieta při tuberkulóze	210
Dieta při epidemické hepatitidě	211
Střevní infekce	212
Alergické choroby	213
Revmatická horečka a chronická progresivní polyarthritis	216
Choroby látkové přeměny	217
Diabetes mellitus — úplavice cukrová	217
Dna a vzácnější metabolické choroby	229
Choroby trávicího ústrojí	230
Choroby dutiny ústní a jícnu	230
Choroby žaludku a dvanáctníku	231
Střevní choroby	237
Choroby jater, žlučových cest a slinivky břišní	241
Jaterní choroby	241
Choroby žlučových cest	244
Choroby slinivky břišní	245
Choroby krevního oběhu	246
Choroby ledvin a močových cest	250
Dietoterapie při chirurgických výkonech a popáleninách	254
VIII. <i>Dodatek</i>	259
Organisace dietního stravování v léčebných zařízeních	259
Jak poznávat malnutrice	262
Zvláštní způsoby výživy	264
<i>Písemnictví</i>	268