
Léčebná výživa u onemocnění jater

Výuka na VŠCHT

Lubomír Kužela

Hlavní formy postižení jater.

- **Akutní hepatitida** – virová, alkoholická, toxická
 - Posthepatitické potíže, hyperbilirubinémie
- **Chronická hepatitida**
 - **Perzistující**
 - **Aktivní** (většinou přítomnost viru či alkoholu)
- **Jaterní cirhóza**
 - Prakticky **neprogredující**, relativně stabilizovaná
 - S neovlivnitelnou **progresí**
 - S výraznou portální hypertenzí a ascitem
 - S jaterní encefalopatií
- **Jaterní koma**
- **Metabolické poškození** – Cu, Fe, vrozené poruchy

Akutní hepatitida - akutní fáze nutriční opatření.

- **V akutní fázi** s nauseou, zvracení
 - Většinou hospitalizace
 - **Tekutiny** trvale
 - **Dieta**
 - **Při zvracení**
 - Tekutiny, hrazení iontů
 - **Po ústupu zvracení**
 - Dieta šetřivá
 - Tuk ve formě olejů (menší množství) vhodný, zejména část jako MCT
 - Imunomodulační formou sipping
 - Pozor: - ne Glukopur - snadná steatóza

Akutní hepatitida – odeznění akutní fáze

- nutriční opatření

■ Po odeznění akutní fáze

- Nutričně **plnohodnotná**, šetřivá výživa
 - Nutno podpořit reparační pochody
 - Není nutno omezovat **tuky**, ale změnit jejich strukturu
 - Omezit tuky nasycené
 - Dbát na dostatečný příjem polynenasycených mastných kyselin
 - Typ „středozevní diety“
- **Dostatek vitamínů** a minerálních látek
 - Ovoce, přírodní ovocné šťávy
 - Nezapomínat na zeleninu

Stav po hepatitidě - nutriční opatření-I

■ Nutričně plnohodnotná výživa

- Hyperproteinová se nepodává
 - Doporučení dávky bílkovin, tj. 1,0 -1,2 g/kg
- Neomezovat tuky (tj. cca 30 energetických %)
 - Potřebná změna jejich složení
 - Ale převaha ve formě olejů (důležité)

■ Celková energetická hodnota spíše poněkud vyšší

- hojivé procesy
- vyšší energetická potřeba
- stupňující se fyzická aktivita

Stav po hepatitidě - nutriční opatření-I I.

- Dostatek **zeleniny a ovoce**
 - Vitamíny v přirozené formě
 - Suplementace jen při nadměrné zátěži, nemoci as pod.
- Zákaz **alkoholu**
 - do normalizace aminotransferás
 - Pak nějakou dobu jen umírněně
- **Individuální přístup** podle stavu pacienta
 - **Rizikem je spíše vznik nutričního deficitu**
 - př.polynenasycené mastné kyseliny

Neaktivní chron. hepatitida–opatření-I.

- Kvalitní, nutričně **plnohodnotná výživa**

- **Tuky**

- Neomezovat ale upravit složení

- n-3, n-6 mastné kyseliny
 - Vitamíny rozpustné v tucích
 - Omezit nasycené tuky
 - Pozor na skrytý tuk

- **Bílkoviny**

- Jako požadavky pro zdravou výživu

- Tj. včetně rostlinného původu
-

Neaktivní chron. hepatitida–opatření-II.

- ❑ **Sacharidy** –zásady zdravé výživy
 - Cukry – jako sladidlo
 - ❑ Maximálně do 10 % celkových sacharidů
 - Zásada zdravé výživy
- ❑ **Zelenina a ovoce**
 - Dostatek
 - ❑ Tj. ½ - ¾ kg denně
- ❑ **Alkohol** v přiměřené dávce (tj.do **30 g/den**) možný
 - Nepřekračovat toto množství
 - ❑ Konkrétně:
 - 3 dcl vína
 - 0,7 l piva
 - 70 ml koncentrátů

Aktivní chron. hepatitida – výživa-I.

- Nutričně plnohodnotná
- Energeticky bohatší
 - Vyšší zátěž, současně reparační pochody
- Se zvláštním aspektem na imunonutrici
 - ω -3 mastné kyseliny, event. i ω -6 mastné kyseliny
 - Jiné
 - Arginin, glutamin,
 - Štěpy nukleových kyselin

Aktivní chron. hepatitida – výživa-II.

- **Vitamíny** nutno suplementovat
 - Zejména v období výraznější aktivity samotná potrava nestačí
 - Potřebný **dostatek antioxidantů**
 - Vitamín C, E- β -karoten, Zn, Se, event. Mn
 - Důležitost flavonoidů (patří zde i Flavobion)
- Absolutní zákaz **alkoholu**
 - Ani příležitostně, vždy organizmus zatěžuje

Stabilizovaná cirhóza - nutriční opatření

- Nutričně **plnohodnotná výživa** s dostatkem všech nutrientů
 - Antioxidanty, flavonoidy – jako u předchozího typu
 - Dostatek polynenasycených mastných kyselin
- **Bílkoviny** – dostatek
 - Spíše převaha živočišného původu
- Poněkud omezit příjem NaCl
- Naprostý zákaz **alkoholu**

Aktivní cirhóza – nutriční postup

■ Jako chronická aktivní hepatitida

□ navíc

- omezit příjem NaCl

- Suplementovat vitamín K

- Hlídat event. rozvoj encefalopatie

- pak restrikce bílkovin

- Ale ne dlouhodobá či trvalá (využít např. Lactulosu-tj. změnu mikroflóry)

- Suplementace vitamíny nejen nárazová, ale vlastně pravidelná

- Důsledně dbát na dostatečné množství polynenasycených mastných kyselin

Jaterní encefalopatie – nutriční postup

- Omezení **bílkovin** na polovinu
- **Tuky**
 - Dbát na dostatek polynenasycených mastných kyselin
- **Sacharidy**
 - V rámci zásad zdravé výživy
- **Vitamíny, antioxidanty a flavonoidy**
- Ovlivnění **střevní mikroflóry**
 - Laktulóza
 - Dostatek symbiotik
 - probiotika (optimální bakteriální kultury)
 - prebiotika (rozpuštěná vláknina)
- Samozřejmě zákaz **alkoholu**

Jaterní koma - nutriční zajištění-I.

■ Kompletní parenterální výživa

- ❑ Dbát na nutriční **plnohodnotnost**
- ❑ Zajišťovat dostatek vitamínů rozpustných ve vodě i v tucích
- ❑ Tuky celkově neomezovat
- ❑ Dbát na dostatek polynenasycených mastných kyselin
- ❑ Podávat větvené aminokyseliny
 - Valin, leucin, isoleucin
- ❑ Bilance vody, nutričního složení, minerálních látek

Jaterní koma - nutriční zajištění-II.

- Po **odeznění komatózního stavu**
 - Kombinace s enterální výživou (event. sipping)
 - Postupný přechod na výživu perorální
 - Podle stavu event. sondovou
 - I nadále větvené aminokyseliny
 - Jinak jako u chronické neaktivní (ne dobře stabilizované) cirhózy

Metabolické poruchy - nutriční postup

- V podstatě hlavní zásada
 - Léčba podle morfologického a funkčního nálezu
 - Tj. chronická hepatitida, cirhóza, encefalopatie, koma
 - Event. specifické požadavky
 - Hemochromatóza
 - Omezení přívodu železa, vysokých dávek vitamínu C
 - Tesaurismósy (střádavé choroby)
 - Podle morfologického nálezu
 - Většinou ale adekvátní léčba medikamentózní
 - Pokud je možná