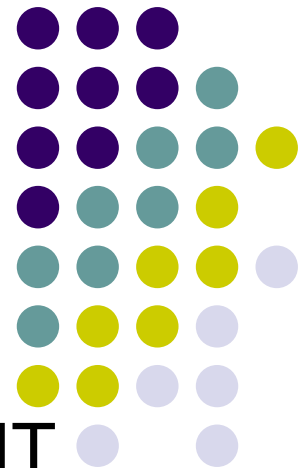


Léčebná výživa u onemocnění tlustého střeva

Výuka VŠCHT



doc. MUDr Lubomír Kužela, DrSc



Nejčastější choroby

- Zácpa
 - Habituální
 - Sekundární (např. obstrukce střeva nádorem)
- Průjem
 - Akutní
 - Chronický
- Proktokolitida (dříve colitis ulcerosa)
- Dráždivý tračník
- Divertikulární onemocnění
 - Prevence
 - Léčba akutního zánětu - divertikulitidy
- Colorektální karcinom
 - Prevence
 - Léčebný postup u komplikací

Zácpa habituální

příčiny, nutriční opatření



- **Příčiny**

- Neadekvátní styl života, málo pohybu, (spěch, ...)
- Neadekvátní příjem vlákniny, tekutin
- Nadužívání analgetik

- **Nutriční opatření**

- **Zvýšený příjem vlákniny** (včetně nerozpustné) (tj. 25 – 30 g denně)
- **Zvýšení příjmu tekutin**
- **Zvýšení fyzické aktivity**
- Často také **úprava střevní mikroflóry**

Průjem příčiny



● Akutní

- Patogenní bakterie, viry nebo protozoa
- Akutní potravinová alergie nebo intolerance
- Vedlejší efekt léků
- Akutní anxieta
- Excesivní konzumace nutrientů s osmotickým efektem (fruktóza, sorbitol,..)

● Chronický

- Průvodný znak choroby (zánět, karcinom)
- Dráždivý tračník
- Malabsorpce (pankreatická, céliakie a jiné)
- Zvýšená střevní motilita (stres, anxieta,..)
- Vedlejší efekt léků nebo laxativ
- Chronická infekce (amébová dysenterie, giardiáza)

Průjem

léčebná opatření mimo medikamenty



- **Akutní stav**

- Rehydratace
 - Perorálně
 - Parenterálně
- Výživa

- **Chronický průjem**

- Dbát na příjem tekutin
- Výživa
 - Perorálně
 - Menší kvanta, malé porce, pomalu jíst
 - Vlákna nutná, ale převaha rozpustné (pektin, oligofruktany,...)
 - Vynechat látky, na něž je intolerance, opatrně vždy s laktózou
 - Vynechat kávu, alkohol, silný čaj, džusy
 - Podle předpokladu suplementovat nutrienty, u nichž se předpokládá nedostatek
 - Event. při nemožnosti zvládnout stav až event. kompletní parenterální výživa

Dráždivý tračník

výskyt a potíže



- Výskyt

- Nejméně 20 % dospělé populace
 - Pravděpodobně ale více, protože řada postižených nekonsultuje s lékařem svoje potíže
- Počátek většinou ve věku 15 – 40 let

- Potíže

- Bolesti břicha
- Nepravidelná stolice
 - Střídavě zácpa a průjmy
 - Nekompletní evakuace
 - Přítomnost hlenu ve stolici
- Škroukání, nadýmání

Dráždivý tračník

léčebná opatření



- **Medikamentózní**

- Protiprůjmové léky, event. ovlivnění střevní motility
 - Endiaron, dříve Mexaform, Asacol, Cerucal, Smecta, Reasec, Imodium
- Optimalisace střevní mikroflóry
 - Hylak forte kapky, bakteriální kultury, tj. Lactobacillus,

- **Dietní**

- Vlákna (převaha rozpustné)
 - Je prebioticum
- Pozor na intolerance
 - Laktóza (nejméně u 60 % postižených)
- Někdy nutná individuální opatření

- **Další**

- Psychologické působení
- Event. ataraktika



Divertikulární choroba tlustého střeva

- Výskyt

- **Především levá polovina tračníku**
- **Častost v ČR**
 - Věk 40 -60 let → 30 %
 - Nad 70 let → více než 60 %

- Opatření

- **Nesmí být zácpa**
 - Dostatek tekutin
 - Dostatek vlákniny
 - Pohyb
- **Při zánětu** chemoterapeutika, event. antibiotika, při perforaci operace

- Rizika

- **Diverticulitis**
 - Levostranná appendicitis
- **Léčba**
 - chemoterapeutika, event. antibiotika,
 - při perforaci operace

Kolorektální karcinom (rakovina tlustého střeva)



- **Příčiny**
 - **Genetické faktory**
 - **Nutriční faktory**
 - Vlákna
 - Alkohol
 - Dusičnany, dusitany
- **Opatření**
 - **Preventivní**
 - Dostatek vlákniny v potravě
 - Podezírání se strava s vysokým obsahem nasycených tuků
 - Alkohol
 - **Při již existujícím onemocnění**
 - Podobně jako opatření v rámci prevence
 - Při stomii či přítomnosti jiných potíží pak podle momentální situace