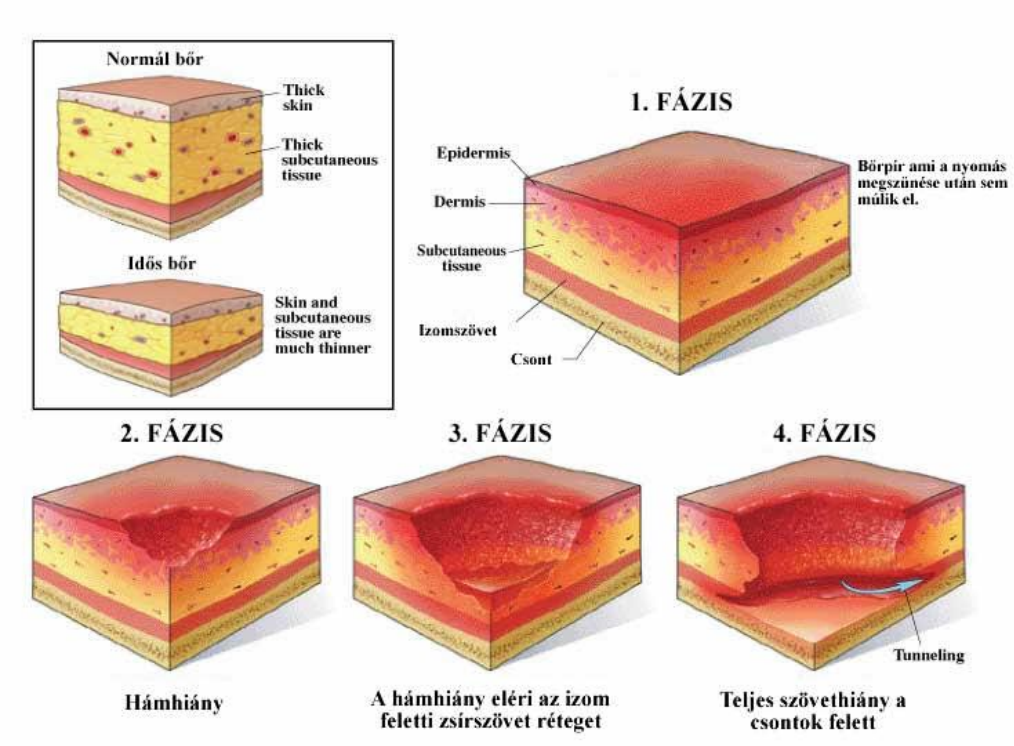
A táplálásterápia szerepe a felfekvések megelőzésében és gyógyításában



Cseh Boglárka, dietetikus

Győr, 2025. 04. 26.

A decubitus étrendi kezelése

A diéta célja:

- a megfelelő tápláltsági állapot elérése és fenntartása
- a sebgyógyulás serkentése

Étrendtervezési szempontok:

- alapbetegség, gyógyszerek
- megfelelő energia- és tápanyagtartalom
- alacsony telítő- és magas élvezeti érték
- sz.sz. dúsítás
- megfelelő konzisztencia

Ápolási Szakmai Kollégium protokollja

Magas energia- és fehérjeszükséglet!

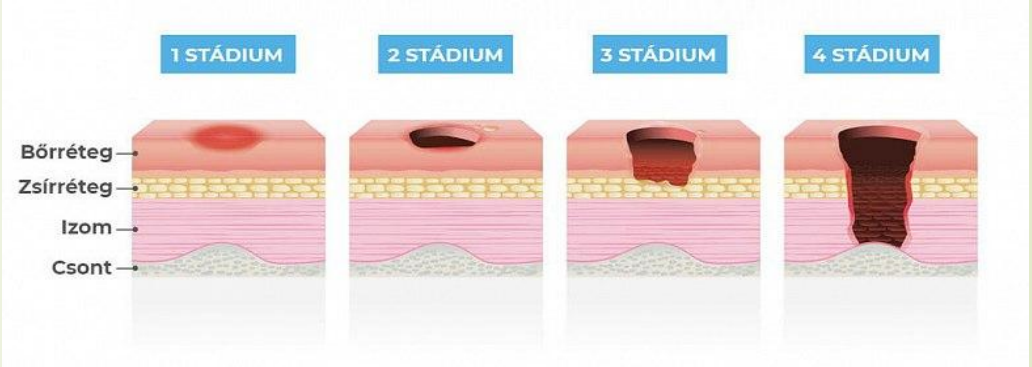
- Energia: 30-35 kcal/ttkg/nap
- Fehérje: 1-1,5 g/ttkg/nap
- Folyadék: 1 ml/kcal/nap

- arginin → sebgyógyulás, immunstátusz javítása

- cink → szöveti regenerálódás, kollagénszintézis

- antioxidánsok (A-, C-, E-vitamin) → sebgyógyulás, kollagénszintézis, oxidatív stressz csökkentése

Diétás kezelés a stádiumoknak megfelelően



I. stádium:

- **Energia: 30-35 kcal/ttkg/nap**
- Fehérje: 0,8-1,1 g/ttkg/nap – **legalább 50%-a** teljes értékű

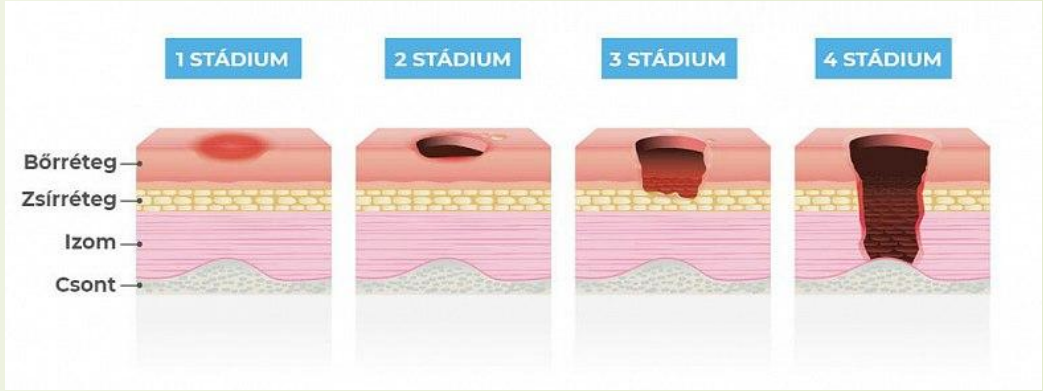
(alultápláltság, alacsony albuminszint)

II. stádium:

- **Energia: 30-35 kcal/ttkg/nap**
- Fehérje: 1,1-1,3 g/ttkg/nap – **legalább 50%-a** teljes értékű

(alultápláltság, alacsony albuminszint)

Diétás kezelés a stádiumoknak megfelelően



III. stádium:

- **Energia: 30-35 kcal/ttkg/nap**
- Fehérje: 1,3-1,5 g/ttkg/nap – **legalább 50%-a** teljes értékű

IV. stádium:

- Energia: 35-40 kcal/ttkg/nap

(BMI: >18,5, testtömegvesztés)

- Fehérje: 1,5-2 g/ttkg/nap – **legalább 50%-a** teljes értékű

Speciális gyógyászati célra szánt élelmiszerek az egyes stádiumokban

Adagolási útmutató:

- Rizikócsoportokban prevenció céljából → 1 doboz/nap
- I. stádium: Subcutan seb → 1 doboz/nap
- II. stádium: Hámhiány → 2 doboz/nap
- III. stádium: Nagyfokú szövethiány → 2 doboz/nap
- **IV. stádium: Csontig hatoló szövethiány, nekrózis → 3 doboz/nap**

Klinikai tápszerek

= speciális gyógyászati célra szánt élelmiszerek

- állandó összetétel és minőség
- szigorú higiéniás követelmények
- meghatározott életkorban adhatóak
- ált. laktóz- és gluténmentesek
- kiegészítő vagy kizárólagos táplálás

↙ ↘

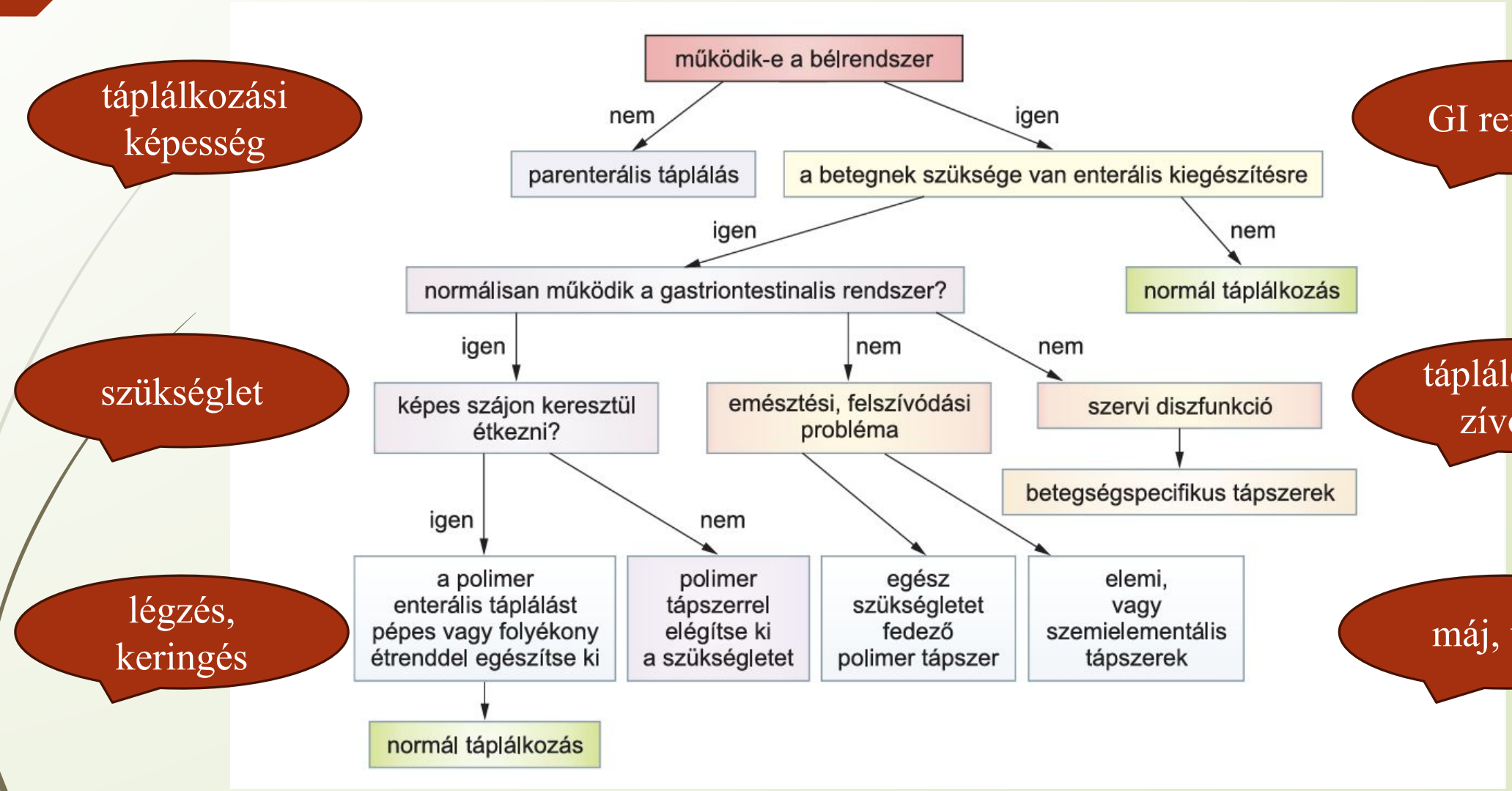
egészségeseknek betegeknek

Milyen szempontok segítenek a tápszerválasztásban?

táplálkozási képesség

szükséglet

légzés, keringés



GI rendszer

táplálék-felszívódás

máj, vese

Polimer klinikai tápszerek

- nagy molekulák komplex formában (teljes fehérjék, poliszacharidok, természetes olajok)
- alacsony ozmolaritás
- jó és gyors felszívódás
- kevés mellékhatás

} ELŐNYÖK

- laktóz-, purin- és gluténmentesek

1. Meghatározott tápanyagtartalmú polimer tápszerek:
- teljes értékűek → kiegészítő és kizárólagos tápanyagforrás
- kiegészítésként dúsítás → 1-3 evőkanál por alakú és 1-2 dl folyékony tápszer

2. Módosított tápanyagtartalmú polimer tápszerek:
- kiegészítő vagy kizárólagos tápanyagforrás
- nagy energia- és fehérjatartalmú tápszerek / betegség-specifikusak → felfekvés: arginin, cink, karotinodiok

Szemielementáris tápszerek

- 5-10%-os felhasználás
- szabad aminosavak, di- és oligopeptidek, diszacharidok, MCT zsírsavak
- salakanyagmentesek

Alkalmazás:

- standard formulával szembeni intolerancia
- jejunális táplálás
- rövidbél-szindróma
- IBD

Elementáris, elemi tápszerek

- hidrolizált tápanyagok: aminosavak, mono- és diszacharidok, MCT zsírsavak
- meghatározott összetétel
- laktóz- és salakanyagmentesek

Alkalmazás:

- rövidbél-szindróma extrém esetei
- veleszületett anyagcserezavarok
- súlyos fehérjeallergia

Tápanyagmodulok

- egy-egy alapvető tápanyag: maltodextrin, fehérje, zsír
- per os táplálás kiegészítése
- dúsítás: kis mennyiségű, nagy tápanyag-sűrűségű ételek

Szénhidrátmodul

- por állagú
- nagy energiatartalmú: 1 adagolókanál (5g) = 20 kcal E
- enyhén édes ízű
- jól oldódó
- glutén-, laktóz-, szacharóz- és fruktózmentes
- GI: 80-90%

→ energiapótlás, felszívódási zavarok, laktóz- és szacharóz intolerancia

Fehérjemodul

- por állagú
- összetétel: magas biológiai értékű fehérje és ásványi anyagok
- jól oldódó
- íztelen, szagtalan → ételek fehérjetartalmának utólagos növelése

1 adagolókanál (2,5g): 2,2 gramm fehérje.

Tápszerek jellemző tulajdonságai

1. Kalóriatartalom: 100 kcal/100 ml

- Megnövekedett energiaigény: 120-200 kcal/100 ml (Energy, Energy Plus)

2. Ozmolaritás: 300-700 mOsm

- Fontos az ozmotikus hasmenés elkerülése!

3. Salakanyagtartalom: obstipáció vagy beöntéses vizsgálatok rosttartalmat igényelnek (Fiber, Fibre).

4. Íz: per os fontos

5. Viszkozitás: megfelelő szondaméret

Gyakorlati tanácsok I.

1. Por alakú tápszerek:

- kiegészítés: napi 15-40 evőkanál
- kizárólagos táplálás: utasítás szerint
- tárolás: szobahőmérsékleten, zárt dobozban → felbontás után: száraz, hűvös helyen
- dúsítás: tejes ételek és italok, turmixok, pudingok, pelyhek, levesek, mártások, szószok, főzelékek, burgonyapüré, hús- és májpástétomok, raguk, omlett, krémek, rakott-, töltött és csőben sült ételek
- Az elkészült (dúsított) étel, ital maximum 24 óráig tárolható a hűtőszekrényben!

Gyakorlati tanácsok II.

2. Iható tápszerek:

- kiegészítés: 1-3 doboz/nap - Étkezések között fogyasztandó!
- kizárólagos táplálás: 5-7 doboz/nap
- fogyasztás: lassan, kortyolgatva (1 doboz 2-3 óra alatt), hidegen /különben mellékhatások jelentkeznek!/
- dúsítás: gyümölcslevesek, gyümölcsszószok, gyümölcsturmixok, pudingok, sodók, krémek, édes öntetek, tejbegríz, gyümölcsrizs stb.

Dúsítással a tápszerek mellékíze nagyon jól elfedhető.

- tárolás: felbontás után 24-48 óráig hűtőszekrényben

A dúsított étel maximum 24 óráig tárolható hűtőszekrényben!

Köszönöm a megtisztelő figyelmet!