

Náš domov získal jako první v kraji Vysočina certifikát Standardizace nutriční péče.

V srpnu 2011 získal náš Domov Certifikát standardizace nutriční péče, který potvrzuje, že poskytujeme našim klientům vysoce kvalifikovanou nutriční péči v souladu s platnými právními předpisy a dokumenty a tím významně zvyšujeme kvalitu jejich života.

Základem efektivní nutriční péče a tedy i jedním z kritérií pro získání Certifikátu je správné nastavení dietního systému. Jeho obsah musí zpracovat kvalifikovaný pracovník (nutriční terapeut) v souladu s odbornými požadavky na konkrétní diety a výživovými nároky klientů. Našim klientům, kteří v důsledku poruchy polykání nejsou schopni přijmout běžně podávané pokrmy, je nutné stravu mechanicky upravovat, a proto je nedílnou součástí našeho dietního systému také dieta MUS (mechanicky upravená strava). Výživově musí být dieta MUS nejen energeticky a nutričně plnohodnotná, ale také vzhledově i chuťově atraktivní pro klienta.

V našem domově postupně nacházíme možnosti jak připravovat mechanicky upravenou stravu. Zjistili jsme, že je potřeba řešit tuto stravu celodenně, tj. od snídaně až po večeři.

Snídaně

Vycházíme z potravin, které dostávají ostatní klienti. Pro klienty, kteří nepotřebují mechanicky upravenou stravu se podává pečivo (chléb, rohlíky, vánočka, koláče...), mléčný nápoj (kakao, bílá káva, mléko...) a další složky (máslo, sýr, uzeniny, paštika, džem, jogurt..). Pečivo je namazané máslem a obložené dalšími potravinami.

Pro klienty s MUS jsme zachovali pečivo, které lámeme do mléčného nápoje. Takto připravenou stravu přijímá klient lžící. Z dalších potravin jako jsou například máslo, tvrdé sýry a uzeniny, připravujeme pomazánku, která se servíruje na talířek nebo do umělohmotných kelímků na jedno použití a klient ji přijímá zvlášť lžičkou (nedáváme do lámaného pečiva). Při podávání sladké formy snídaně (džem, máslo), kdy se u ostatních diet běžně pečivo maže máslem a džemem, jsme tuk (máslo) nahradili smetanou. Klienti ji buď vypijí, nebo se přidá do mléčného nápoje. Džem se podá opět lžičkou. Potraviny, které jsou měkké konzistence (žervé sýry, tavené sýry, jogurty, tvarohy atd.) klienti s MUS přijímají lžičkou.

Svačina

Na dopolední svačinu u nás většinou klientům podáváme ovoce. Dostávají ovoce buď kompotované, nebo čerstvé. Pro klienty s mechanicky upravenou stravou se z tohoto ovoce připravujeme ovocné pyré.

Oběd

Na oběd mixujeme polévku. Maso, přílohu a další složky mixujeme samostatně, aby byla zachována chuť jednotlivých částí pokrmu. Je to z důvodů chuti pokrmu a z důvodu estetických. Zjistili jsme, že z příloh je možné mixovat brambory a rýži. Po

zkušenostech se dají mixovat i těstoviny. Klientům tato forma přílohy vyhovuje. Naopak není možné mixovat knedlíky.

Někdy je třeba pro klienty s mechanicky upravenou stravou připravit zcela odlišný pokrm od ostatních diet. Například, je-li základem jídlo, které není možné mechanicky upravovat z hlediska vzhledu (buchty, koláče) nebo jídlo, které je sice možné mechanicky upravit, ale jeho mechanická úprava je nevyhovující z hlediska chuti (např. čínské zelí nebo hlávkový salát...)

Stravu mixovanou na jednotlivé složky servírujeme klientům na dělené talíře (dvou- nebo třídílné).

Odpolední svačina

V případě, že mají klienti s jinou dietou než MUS ke svačině pečivo (chleba, rohlíky), pro MUS se volí jiná varianta např. jogurty, tvarohové a smetanové krémy, ovocné přesnídávky, pudinky se šlehačkou, kefír nebo piškotové pečivo lámané v kávě. Máme zkušenost, že měkké piškotové pečivo s krémem (roláda), klienti s MUS zvládnou přijmout bez mechanické úpravy.

Večeře

Teplé večeře mají stejnou přípravu jako obědy. Studené večeře jsou opět odlišné od ostatních diet. Podáváme nejčastěji šlehané tvarohy (s džemem nebo ovocem), pudinky různých příchutí s piškoty.

Tvarohy se slanou příchutí se nám neosvědčily. Dle reakce klientů jsme zjistili, že preferují sladkou chuť před slanou.

Příklad jednodenního nutričně vyváženého jídelního lístku pro dietu MUS:

Snídaně – Káva bílá, rohlíky, máslo, debrecínská pečeně

Přesnídávka – Kompot jahodový

Oběd – Polévka slepičí

Kuřecí maso po čínsku, rýže

Svačina – Piškotová roláda

Večeře – Tvaroh míchaný s broskví

Nutriční hodnoty – 9215 kJ 90,1gB 73,5gT 290,4gS

Ukázky obědů z jídelníčku pro racionální stravu a mechanicky upravenou stravu:

Dušená mrkev



Dřívější podoba mleté stravy - rajská omáčka, hovězí maso s těstovinami



Od té doby kdy jsme přestali mixovat stravu dohromady, klienti mají možnost podle chuti rozpoznat jednotlivé složky stravy a začalo jim více chutnat. Personál, který pomáhá klientům s příjmem stravy i personál kuchyně, se nemusí stydět za servírované jídlo. I když má klient potíže s polykáním, je při stravování zachována jeho lidská důstojnost.

Dnes už si nikdo nedovede přestavit návrat ke starým praktikám.

Napsala Bc. Hana Němcová, DiS. a Terezie Poláčková, DiS.

Článek vyšel v časopise Rezidenční péče, květen 2012.