**DOTAZNÍK NA ZHODNOCENÍ VÝŽIVY PACIENTŮ S EPIDERMOLYSIS BULLOSA CONGENITA**

**Příjmení a jméno:**…………………………………… **Datum narození:**…………………..

**Výška:**……………… cm **Hmotnost:**…………….. kg

**Změna hmotnosti v průběhu posledních 3 měsíců** (nárůst/ úbytek v kg):

**Typ epidermolysis bullosa (zvýraznit):** EBS EBJ EBD

**Užívané léky/ doplňky stravy/ sippingy** (lactofer, vitamín C, Protifar, Nutridrink…) :

……………………………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………………………….

……………………………………………………………………………………………………….

**Konzistence stravy (zvýraznit):** pevná x kašovitá/ mletá x tekutá

**Chuť k jídlu** **za posledních 14 dní** (zvýrazněte číslo dle návodu)**:**

(0 = odpor k jídlu, 1 = velmi malá chuť k jídlu, 10 = normální chuť k jídlu)

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| 0 | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 | 10 |

**Alergie/ potravinové intolerance:** NE x ANO **-**  **Jaké:** ………………………………………….

**Polykací potíže:** ANO x NE x OBČAS - (jak často uveď) ………………………………………..

**Vyprazdňování:** ……………………………………………………………………………………

**Jak správně vyplnit jídelníček?**

*Ke správnému zhodnocení současného jídelníčku je nezbytné kvalitní vyplnění záznamové karty.*

1) **Neměňte** své **stravovací zvyklosti** po dobu vyplňování záznamové karty

2) **Zapisujte pravdivě** **vše**, co zkonzumujete a vypijete (včetně konzumace sladkostí či alkoholických nápojů)

3) **Množství** **zkonzumovaných potravin pečlivě odvažujte** nebo opište údaj o hmotnosti z obalu potraviny. Odhad gramáže a udání velikosti – např: bramborová kaše – 1 porce, kuřecí stehno pečené 1 ks je zavádějící, nevypovídá nic o gramáži, která je nutná pro výpočet energie a množství živin. Takto uvedené údaje jsou nepoužitelné a nutriční terapeut není schopen přesně spočítat přijaté množství živin a vytvořit pacientovi plán stravování na míru.

4) **Uvádějte také doplňkové údaje u potravin** – např: název potraviny (jogurt ovocný – Jogobella, Danone Activia, Florián smetanový, oplatek – Tatranka, Zlaté oplatky, Bebe sušenky) tučnost potravin např. u sýrů, tvarohu, mléka, ml. výrobků (sýr Eidam 45%, Tvarohový sýr smetanový 40% tuku), masa (pečené maso – krkovice, pečeně, bok), pečivo (buchta – kynutá, piškotová, třená), chléb (bílý, žitný, celozrnný)

**Záznam výživové spotřeby za 24 hodin a 3 dnů v týdnu**

(2 pracovní dny a jeden víkendový)

**Vzor pro vyplnění záznamu jídelníčku**

|  |  |
| --- | --- |
| Snídaně | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny | Chléb konzumní kmínový (50g), máslo (20g),sýr eidam 30% (50g), rajče (120g) |
| tekutiny | Mléko polotučné (250 ml), granko (2 polévkové lžíce) |
| Přesnídávka | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny | Jablečná přesnídávka (200g), rohlík bílý (42g) |
| tekutiny | Pomerančový džus (200ml), voda (500ml) |
| Oběd | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny | Kuřecí vývar se zeleninou (mrkev, celer), nudle (250 ml), bramborová kaše (200g), pečené kuřecí stehno (150 g), jablkový kompot (120 g) |
| tekutiny | Voda (300 ml) |
| Svačina | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny | ----- |
| tekutiny | Pomerančový džus (300ml), voda (500ml) |
| Večeře | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny | Krupičná kaše (200g), máslo (20g), cukr (20 g), mléčná čokoláda (30g) |
| tekutiny | Voda (250 ml) |
| Druhá večeře | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny | Nutridrink protein čokoládový 200 ml |
| tekutiny | ----- |

**Pracovní den**

|  |  |
| --- | --- |
| Snídaně | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Přesnídávka | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Oběd | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |  |
| tekutiny |   |
| Svačina | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Večeře | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Druhá večeře | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |

**Pracovní den**

|  |  |
| --- | --- |
| Snídaně | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Přesnídávka | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Oběd | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |  |
| tekutiny |   |
| Svačina | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Večeře | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Druhá večeře | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |

**Víkendový den**

|  |  |
| --- | --- |
| Snídaně | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Přesnídávka | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Oběd | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |  |
| tekutiny |   |
| Svačina | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Večeře | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |
| Druhá večeře | Zkonzumované množství potravin a tekutin (g/ ml/ ks) |
| potraviny |   |
| tekutiny |   |