

# Zvláštní výživa

Potraviny určené pro zvláštní výživu (podle vyhlášky Ministerstva zdravotnictví ČR 54/2004 Sb) jsou **potraviny, které se odlišují od potravin pro běžnou spotřebu svým**

- **zvláštním složením,**
- **zvláštním výrobním postupem,**

a jsou stanovené pro výživové účely uvedené v této vyhlášce a uvádějí se do oběhu s označením účelu použití.<sup>[1]</sup>

Pro stanovení výživových účelů platí zvláštní nutriční požadavky skupiny osob:

- jejichž trávicí systém a látková výměna je narušená;
- nacházejících se ve zvláštním fyziologickém stavu a mohou mít specifické výhody z řízené spotřeby určitých látek v potravinách;
- zdravých kojenců a malých dětí (KDV).

Kategorie potravin pro zvláštní výživu:

- pro **počáteční a pokračovací kojeneckou výživu;**
- pro **obilnou a ostatní výživu jinou než obilnou určenou pro KDV** (dále se uvádí "ostatních příkrmů" – příloha 13);
- pro **nízkoenergetickou výživu určenou ke snižování tělesné hmotnosti;**
- pro **zvláštní lékařské účely;**
- **bez fenylalaninu;**
- **bezlepkové;**
- pro **diabetiky** (s poruchami metabolismu sacharidů);
- s **nízkým obsahem laktózy nebo bez laktózy;**
- s **nízkým obsahem bílkovin**
- s nízkým, velmi nízkým obsahem nebo **prostých sodíku;**
- pro **sportovce nebo osoby při zvýšeném tělesném výkonu.**

Označování účelu použití. Je potřebné uvést údaje o:

- zvláštnostech kvalitativního a kvantitativního složení nebo speciálním výrobním procesem;
- nutričním značením v jednotkách: kJ, kcal, B,S,T, ve 100 g/100 ml;
- předepsaném způsobu přípravy, je-li požadován;
- původu bílkoviny (nebo hydrolyzátu bílkovin);
- způsobu uchování a době spotřeby po otevření obalu, je-li to vyžadováno (ne u jednorazových);
- kategorii nebo bližší specifikaci;
- zvláštních nutričních vlastnostech;
- specifických informací u jednotlivých kategorií těchto potravin.

Nelze uvádět informace o:

- léčebných a preventivních účincích (u PZLÚ lze uvádět doporučení pro použití);
- tom, že při jejich použití není třeba rady lékaře;
- nelze uvádět pod označením "dietní", "dietetický", "dia".

## Potraviny pro počáteční a pokračovací kojeneckou výživu a výživu malých dětí

 *Podrobnější informace naleznete na stránce Umělá výživa kojence.*

- kojenci do 12 měsíců včetně;
- děti od 1 do 3 let včetně;

### Počáteční kojenecká výživa (KV)

- je určena pro kojence od narození do 6 měsíců života; může obsahovat bílkoviny kravského mléka, sojové bílkoviny a hydrolyzované bílkoviny; počáteční mléčná KV vychází z bílkovin kravského mléka;
- běžně se nazývá **počáteční mléko**.

### Pokračovací kojenecká výživa

- je určena pro kojence ve věku 6–12 měs.;
- tvoří základní tekutý podíl postupně se rozšiřující smíšené stravy kojenců;
- nazývaná též **pokračovací mléko**.

### Zvláštní druhy kojenecké výživy

- určena pro nedonošené děti s nízkou porodní hmotností, pro kojence s alergií na mléčnou bílkovinu a pro odstranění rizika alergie na mléčnou bílkovinu;
- rozlišujeme přípravky s *vysokým* nebo *nízkým stupněm hydrolýzy bílkovin*;
- do této skupiny patří také mléka s *nízkým obsahem laktózy*, *antirefluxové mléko*, přípravky k obohacování mateřského mléka na *zvýšení přívodu energie* a hmotnosti, přípravky na bázi *aminokyselin* pro kojence, výživa na bázi *sój*.

## Potraviny pro obilnou a ostatní výživu jinou než obilnou pro výživu KDV (příkrmy)

- Obilné příkrmy:
  - obilné kaše;
  - obilnomléčné kaše;
  - těstoviny varné;
  - suchary a sušenky (přímo či rozmělněné).
- Ovocné příkrmy (výživa, přesnídávky, pyré, dezert):
  - ovocné příkrmy s jogurtem, tvarohem či jiným fermentovaným mléčným výrobkem;
  - ovocnoobilné příkrmy;
  - ovocnozeleninové příkrmy.
- Zeleninové příkrmy a polévky.
- Masozeleninové příkrmy a polévky.
- Masové příkrmy.
- Nápoje na bázi ovoce a zeleniny a koncentráty.

Označování:

- věk konzumenta;
- obsahuje-li lepek pro konzumenty do 6 měs. věku.

## Potraviny pro nízkoenergetickou výživu určené ke snižování tělesné hmotnosti

- Úplná náhrada celodenní stravy;
- náhrada jednoho či více hlavních jídel v rámci celodenní stravy.

Dávky (příloha 15)		denní	jeden pokrm (zřejmě jídlo)
Energie (kcal)		800-1200	200-400
Bílkoviny	(g)	max. 125	
	(% energie)	25-50	25-50
	možný přídavek aminokyselin		
	referenční bílkovina (zákon minima)		
Tuky (% energie)		max. 30	max. 30
Kys. linolová (g v TAG)		min 4,5	min. 1 (v denní dávce)
Vláknina (g)		10-30	
Vitaminy, min.l. - tab (%)		100	30
Draslík			min. 500

Upozornění:

- "u citlivých osob může vyvolat projímavé účinky";
- používat jen s doporučením lékaře, max. 3 týdny;
- určeny spotřebitelům nad 18 let.

Zákaz údajů:

- o rychlosti nebo úbytku hmotnosti;
- o snížení pocitu hladu;
- o zvýšení pocitu sytosti.

 *Podrobnější informace naleznete na stránce Redukční dieta.*

## Dietní potraviny pro zvláštní lékařské účely

- Jsou to potraviny podávané pod lékařským dohledem nebo na základě doporučení osoby kvalifikované pro oblast výživy lidí, farmacie anebo péče o matku a dítě.
- Jsou určeny pro osoby, u kterých nelze dosáhnout úpravy stravy běžnými prostředky (pacienti s omezenou, poškozenou nebo *narušenou schopností požívat, trávit, absorbovat, metabolizovat nebo vylučovat běžné potraviny*).
- Patří sem:
  - nutričně kompletní potraviny se standardním složením živin, které mohou být jediným zdrojem výživy, jsou-li užívány podle návodu výrobce;
  - nutričně kompletní potraviny se složením živin specificky adaptovaným pro dané onemocnění, které

- mohou být jediným zdrojem výživy, jsou-li užívány podle návodu výrobce;
- nutričně nekompletní potraviny s definovaným složením živin, které nejsou vhodné jako jediný zdroj výživy, jsou-li užívány podle návodu výrobce.

Značení:

- kategorie, nutriční značení;
- údaje o osmolalitě;
- údaje o charakteru a původu bílkovin;
- o cílové skupiny spotřebitelů, způsobu použití;
- varování, existuje-li možnost ohrožení osob, kterým není tato potravina určena.

## Potraviny bez fenylalaninu

- Obsah fenylalaninu je max.20 mg ve 100 ml/100 g ve stavu určenému ke spotřebě;
- potraviny jsou vyrobené ze surovin přirozeně neobsahujících fenylalanin, u surovin obsahujících fenylalanin je použitý zvláštní technologický postup.

## Potraviny bezlepkové

- Potraviny přirozeně bezlepkové (neobsahující žádné složky pšenice (všech druhů), ječmene, ovesa, žita, tritikale);
  - povolená je hodnota gliadinu max.1 mg/100 g sušiny.
- Potraviny obsahující složky "lepkových" obilovin;
  - povolený je obsah gliadinu do 10 mg/100 g sušiny.
- Nápoje jsou bezlepkové obsahují-li max. 10 mg gliadinu ve 100 ml nápoje.

## Potraviny určené pro osoby s poruchami metabolismu sacharidů (diabetiky)

- Pouze označení "vhodné pro diabetiky v rámci stanoveného dietního režimu" nebo jen "vhodné pro diabetiky".

 Podrobnější informace naleznete na stránce *Diabetická dieta*.

## Potraviny s nízkým obsahem laktózy nebo bezlaktózové

- Nízký obsah - max. 1 g laktózy ve 100 g/100 ml ve stavu určené ke spotřebě.
- Bezlaktózové - max. 10 mg laktózy ve 100 g/100 ml ve stavu určené ke spotřebě, přítomnost volné galaktózy je vyloučena.
- Určeno pro osoby s poruchami přeměny látkové, potravinovými alergiemi nebo intolerancemi a narušenými funkcemi orgánů.
- Obsah laktózy se značí.

## Potraviny s nízkým obsahem bílkovin

- Obsahují max. 2 g bílkovin na 1000 kJ energetické hodnoty.
- Určeno pro osoby s poruchami přeměny látkové, potravinovými alergiemi nebo intolerancemi a narušenými funkcemi orgánů.
- Obsah bílkovin se značí.

## Potraviny s nízkým a velmi nízkým obsahem sodíku nebo bez sodíku

- Jsou určené pro osoby s poruchami přeměny látkové, potravinovými alergiemi nebo intolerancemi a narušenými funkcemi orgánů.
- Obsah sodíku se značí.

s nízkým obsahem	120 mg ve 100 g/ml
s velmi nízkým	40 mg ve 100 g/ml
bez sodíku	5 mg ve 100 g/ml

## Potraviny určené pro sportovce a pro osoby při zvýšeném tělesném výkonu

Jsou to potraviny zajišťující vyšší příjem:

- energie (sacharidů, tuků) a nutrientů zvyšujících využití energetických zdrojů (B1, karnitin, chrom aj.);
- bílkovin, peptidů a aminokyselin, tedy látek podporujících tvorbu svalstva;
- ostatních specifických potravin pro sportovce;
- nápoje, zejména iontové, s cílem **náhrady minerálů** se rozlišují na:

- isotonické (osmolalita  $290 \pm 15$  miliosmolů v 1 l nápoje připraveného ke spotřebě)
- hypertonické (osmolalita min. 340 miliosmolů v 1 l nápoje připraveného ke spotřebě)
- hypotonické (osmolalita max. 250 miliosmolů v 1 l nápoje připraveného ke spotřebě)
- ostatní.

Značení:

- "vhodné pro sportovce", "vhodné při zvýšeném tělesném výkonu";
- údaj o osmolalitě u nápojů iontových;
- "obsahuje kofein", je-li součástí a "není vhodný pro registrované sportovce" (v praxi již není nutné).

## Odkazy

### Související články

- Výživová doporučení: Výživová doporučení (1. LF UK, NT) • Výživová doporučení pro dospělé obyvatelstvo • Výživa těhotných a kojících žen • Výživa ve stáří • Faktory ovlivňující nutriční potřeby
- Výživa dětí: Výživa novorozence • Kojení • Umělá výživa kojence • Nemléčná strava kojence • Výživa batolat • Výživa předškolních, školních dětí a mládeže • Doporučení pro kojeneckou výživu 2011 • Doporučený příjem živin (pediatrie)
- Zvláštní výživa
- Složení potravin: Sacharidy v potravě • Bílkoviny v potravě • Tuky v potravě • Minerální látky v potravě • Stopové prvky v potravě • Vitaminy • Mikroorganismy v potravě • Cizorodé látky v potravinách
- Neprospívání • Poruchy příjmu potravy • Onemocnění z nadbytku nebo nedostatku živin • Potravinová alergie • Intolerance jídla • Alergie na bílkovinu kravského mléka

### Použitá literatura

- KUDLOVÁ, Eva, et al. *Hygiena výživy a nutriční epidemiologie*. 1. vydání. Praha : Karolinum, 2009. 287 s. s. 82-85. ISBN 978-80-246-1735-0.

### References

1. KUDLOVÁ, Eva, et al. *Hygiena výživy a nutriční epidemiologie*. 1. vydání. Praha : Karolinum, 2009. 287 s. s. 82-85. ISBN 978-80-246-1735-0.

### Zdroj

- PERLÍN, Ctibor. *Zvláštní výživa* [online]. [cit. 2012-03-11]. <<https://el.lf1.cuni.cz/p24462415/>>.