

ABSTRAKT

Téma bakalářské práce je na stravování pacientů s diabetem 1. typu. Jedná se o autoimunitní onemocnění, které pomáhají kompenzovat především správné stravovací návyky, dobrý zdravotní a psychický stav a sportovní aktivity. Práce se zaměřuje na nízkosacharidovou stravu, porovnává ji se stravou doporučenou a snaží se zjistit, zda je prospěšná při léčbě cukrovky. Je rozdělena na dvě části – teoretickou a praktickou.

V teoretické části je stručně popsáno onemocnění a rozebrány klady a zápory doporučené stravy pro diabetiky, a to jak v běžném životě, tak při sportu. Další text představuje stravu nízkosacharidovou, její pozitiva i kontraindikace.

Pro praktickou část byla sbírána data pomocí anonymního dotazníkového šetření. Dotazník vyplňovali pacienti s diabetem 1. typu na doporučené a nízkosacharidové stravě. Součástí praktické části je také několik záznamů z kontinuálního měření glukózy pomocí senzorů (Dexcom G5 a Enlite).

Cílem praktické části bylo zjistit, jaký vliv má nízkosacharidová strava na zkvalitnění života diabetiků, zda jim pomáhá snížit četnost hypoglykemií při běžných i sportovních aktivitách a zlepšuje celkovou hodnotu glykovaného hemoglobinu.

Z výsledků šetření a ukázek grafů vyplývá, že by zavedení nízkosacharidové stravy do praxe mohlo přispět k celkové kompenzaci diabetu.

klíčová slova: diabetes mellitus 1. typu, doporučená strava, nízkosacharidová strava, sportování diabetiků, inzulin, glykémie