

Abstrakt

Tato diplomová práce se zabývá úlohou výživy v prevenci a léčbě kardiovaskulárních onemocnění. V teoretické části jsou popsány základní poznatky o kardiovaskulárních onemocněních, jejich výskytu, rizikových faktorech a významu výživy v jejich prevenci a léčbě. V teoretické části je podrobně popsán efekt příjmu sacharidů, vlákniny, glykemického indexu potravin, příjmu tuků a jejich složení, minerálních látek, alkoholu a kávy. Dále je popsán význam výživy v případě, kdy se kardiovaskulární onemocnění či jejich komplikace již rozvinou. Výzkumná část je věnována průzkumu stravovacích zvyklostí pacientů, kteří již prodělali akutní infarkt myokardu.

Cílem výzkumné části je zjistit, zda pacienti dodržují aktuální doporučení pro prevenci a léčbu KVO, případně v jakých bodech se skutečné stravování těchto pacientů liší od doporučení. Sběr dat byl realizován pomocí dotazníku, který byl vyplňován během rozhovoru s vybranými pacienty. Získaná data byla zaznamenána formou grafů. Informace byly získány od 65 pacientů. Zjistila jsem, že pacienti hospitalizováni pro akutní infarkt myokardu nemají dostatek znalostí pro sestavení vyváženého jídelníčku, nebo výživová doporučení porušují vědomě. Problematický je zejména výběr tuků, nevyvážené složení jídelníčku, častá konzumace příliš tučných a sladkých potravin a také častá konzumace solených pochutin. Nedostatečná je konzumace ovoce a zeleniny, celozrnných výrobků a vhodnějších zdrojů tuku (ořechy a semena, vybrané druhy olejů). Velice problematická je vysoká konzumace alkoholu. Většina dotazovaných je obézních či s nadváhou.