



## Informace pro pacienty - sipping

**Vážená paní, vážený pane,**

**výživa je základní potřebou člověka**, a proto je i nedílnou součástí léčby každého z Vás. Je jednoznačně prokázáno, že podvýživa je nezávislým rizikovým faktorem pro zvyšování nemocnosti pacientů, a následně dochází i k prodloužení doby hospitalizace. Naopak pacient, jehož výživový stav je dobrý, léčbu lépe snáší a zotavení bývá rychlejší. V nemoci však mnoho z Vás může trpět nechutenstvím a v důsledku toho se příjem výživy stává nedostatečným.

V současnosti je k dispozici řada přípravků určených pro doplnění výživy, které mohou výrazně zlepšit Váš stav výživy před plánovanou hospitalizací, pomoci při léčbě nemoci či zvýšit Vaši kvalitu života.

Snadno dostupnou formou přívodu živin, energie i vitaminů a minerálních látek je **tzv. sipping**. Jedná se o kompletní tekutou výživu určenou k popíjení nebo ve formě krému, která obsahuje prokazatelné a vyvážené množství tělu potřebných látek. Legislativně je označen jako Potravina pro zvláštní lékařské účely.

### Kdy je sipping vhodný:

- u pacientů s podvýživou a nechutenstvím
- při nedostatečném příjmu stravy jako prevence podvýživy
- při nechtěném výrazném úbytku hmotnosti
- při zvýšené potřebě energie a bílkovin, např. onkologická onemocnění
- při omezeném příjmu stravy např. vlivem vyšetřovacích postupů, předoperační přípravě, postižení dutiny ústní či poruše polykání
- v období realimentace např. po operačním výkonu na zažívacím traktu
- během rekonvalescence a rehabilitace po prodělaném akutním onemocnění

Většina sippingů má sladkou příchut'. K dispozici jsou však i přípravky neutrální chuti, které lze přidávat do hotových pokrmů na zvýšení jejich energetické a nutriční hodnoty. Na trhu existují také slané varianty v podobě polévek. Sipping je možné zmrazit a podávat ve formě zmrzliny či ledových kostek. Z přípravků lze připravovat chutné koktejly např. rozmixované s ovocem.

**Sipping je určen především k popíjení** a nejlépe chutná vychlazený. Důležité je sipping popíjet postupně, tj. nevypít celou lahvičku najednou. Postupné užívání v průběhu dne mezi jídly či na noc zajistí lepší toleranci přípravku, usnadní vstřebávání všech potřebných látek a nedochází k pocitu nasycení. V případě horší tolerance vyzkoušejte varianty ve formě krému, které lze zařadit například na svačinu.

**Denní doporučené množství** se odvíjí od Vašeho současného příjmu stravy. Jedna lahvička (200 ml) přibližně nahradí 1 porci stravy. Pro pokrytí celodenního příjmu je vhodné popíjet 5-6 ks denně. Pro doplnění nedostatečného příjmu stravy může postačit 1-3 ks denně. S výhodou využijete koncentrované varianty s vyšším obsahem energie a živin v menším objemu.

Dále jsou dostupné **speciální přípravky** pro diabetiky se sníženým obsahem sacharidů, pro pacienty s onemocněním ledvin se sníženým množstvím minerálních látek, pro onkologické pacienty obohacené o omega-3 mastné kyseliny, přípravky s vyšším obsahem bílkovin a látek příznivě působících na hojení ran, beztukové varianty (tzv. džusové) určené při omezení tuku ve stravě lze také naředit vodou pro snížení jejich sladkosti.

Na trhu se vyskytuje mnoho dalších druhů sippingu. S vhodným výběrem Vám pomohou nutriční terapeuti nebo v lékárně, kde je sipping **volně dostupný k prodeji** . Užívání sippingu konzultujte s Vaším ošetřujícím lékařem, ve specifických případech je možné předepsat sipping na recept.

**V případě jakýkoliv dotazů** ohledně výživy nás neváhejte kontaktovat telefonicky nebo e-mailem. Během hospitalizace jsou Vám nutriční terapeuti k dispozici pro osobní konzultaci. Ambulantně Vám poradíme v Nutriční poradně pro poruchy výživy.

**Oddělení léčebné výživy ÚVN**

**tel.:** 973 202 804, 973 208 252

**e-mail:** [nutricnipece@uvn.cz](mailto:nutricnipece@uvn.cz)