

Abstrakt

VÝCHODISKA: Látková závislost, ale také období léčby závislého může vést k ovlivnění nutričního stavu popřípadě vzniku dalšího onemocnění, které nemá souvislost s primární závislostí. Vhodné zařazení nutriční terapie do léčby závislého může mít vliv nejen na jeho zdravotní stav, ale také na prevenci relapsu. **CÍL:** Cílem bakalářské práce je zpracovat ucelený přehled tematiky vlivu výživy na léčbu látkových závislostí a prevenci relapsu. **METODIKA:** Bakalářská práce je vypracovaná metodou teoreticko-kritické analýzy, která umožňuje sestavit doposud známé poznatky o této problematice. Pro vytvoření edukačního materiálu pro pacienty byla zvolena forma edukačního materiálu tzv. metodou tištěného slova, součástí letáčku jsou výživová doporučení při léčbě závislostí a zásady Středomořské diety. **SOUBOR:** Bylo čerpáno z více jak 115 vědeckých studií, článků a knih, které tvořily výzkumný soubor. **VÝSLEDKY:** Dosavadní poznání ukazuje, že výživa v celém svém spektru živin, vitamínů a minerálních látek ovlivňuje tělesné, ale také psychické zdraví, tzv. osu střev-mozek, kterou ovlivňují zejména omega-3 mastné kyseliny, probiotika, jednoduché sacharidy. Při léčbě závislosti je vhodné volit individuální nutriční terapii doplněnou praktickými skupinovými workshopy, které mohou vést k pozitivním změnám ve stravování, ale také k obratu v chování klienta ve vztahu k látkovým závislostem.

Klíčová slova: výživa, závislost, léčba, relaps