

Abstrakt

Cíl práce: Cílem výzkumu bylo zhodnotit, zda individuální edukace nutričním terapeutem má pozitivní vliv na celkovou léčbu pacientů, kteří trpí histaminovou intolerancí.

Metody: K výzkumu bylo vybráno osmnáct pacientů s histaminovou intolerancí navštěvujících ambulanci Ústavu imunologie a mikrobiologie 1. LF UK a VFN. Výzkum dokončilo všech osmnáct z nich. Před edukací pacienti vyplnili dotazník a byla jim odebrána krev k následnému rozboru. Následovala poté cca hodinová konzultace s nutričním terapeutem, z které každý z pacientů obdržel i individuálně vytvořený výstup. Pacienti zároveň měli možnost kontaktovat s jakýmkoliv dotazy nutričního terapeuta pomocí emailu. Po třech měsících pacienti znovu vyplnili dotazník a byla jim znovu odebrána krev k následnému rozboru. Na základě těchto informací bylo porovnáváno, zda díky edukaci nutričním terapeutem došlo u pacientů s histaminovou intolerancí ke zlepšení jejich klinických obtíží a kvality života či nikoliv. U tří respondentů z důvodu akutní respirační infekce nebylo možné provést odběry před edukací. U dvou z nich byl odběr proveden po třech měsících, ale u jednoho nebylo možné kvůli onemocnění odebrat krev ani po třech měsících od edukace. I tyto respondenti však byli do výzkumu zapojeni, protože u nich došlo k edukaci nutričním terapeutem a vyplnili dotazník před edukací i po ní.

Výsledky: Spokojenost s informační dostupností u respondentů po edukaci vzrostla o 0,11 bodu. Zároveň vzrostla odpověď, že nejpřírodnější zdroj informací je „lékař/zdravotnický pracovník“ o čtyři respondenty na sedmáct respondentů. Zároveň hodnocení znalostí ohledně stravování při histaminové intoleranci vzrostlo o 0,61 bodu. Všechna osmnáct respondentů uvedlo, že by měli zájem o odbornou pomoc při sestavování jídelníčku, ale pouze pět z nich před edukací umělo definovat, kdo je nutriční terapeut, po edukaci ho již dokázali definovat všichni. Pouze čtyři respondenti nutričního terapeuta vyhledali. Hlavním předmětem edukace bylo správné nastavení eliminační diety, díky čemuž šest respondentů po edukaci lépe identifikovalo problémové potraviny a mělo díky tomu i menší příznaky histaminové intolerance. Po edukaci se zvýšila i průměrná váha o 0,5 kg, což je vzhledem k diagnóze pozitivní. Krevní testy po edukaci neprokázaly žádné významné změny, které by umožnily posoudit, zda se zdravotní stav zlepšil nebo zhoršil.

Závěr: Na základě dotazníků se ukázalo, že edukace nutričním terapeutem má své místo v léčbě pacientů s histaminovou intolerancí a může pomoci k lepší stabilizaci zdravotního stavu. Bohužel je tu stále problém v nemožnosti nabídnutí této individuální podpory, z důvodů nedostatku nutričních terapeutů, financí a prostoru. Jedním z dalších kroků by mohl být další výzkum s cílem ověřit, zda skupinová edukace pod vedením nutričního terapeuta může dosáhnout stejně dobrých výsledků jako individuální edukace. Pokud by se ukázalo, že ano, mohly by skupinové edukace být vhodnou alternativou.

Klíčová slova: histaminová intolerance, nízkohistaminová dieta, eliminační dieta, nutriční terapeut, edukace