

K úspěchu onkologické léčby přispívá i odpovídající výživa

Na operaci a léčbu rakoviny by se měl pacient podle onkoložky Petry Holečkové připravit téměř jako na sportovní výkon. Měl by jíst, aby si udržel svalovou hmotu, která je zásobárnou bílkovin, a ze stejného důvodu by měl mít vhodný pohyb. Přispěje tak k úspěchu léčby. Zatím málo pacientů se o výživu zajímá a zdaleka ne všechna onkologická pracoviště poskytují výživové poradenství, řekla Holečková ČTK.

“U onkologických pacientů zásadně nedoporučujeme změnu životních návyků, měli by jíst, co jim chutná. Nicméně při hormonální léčbě, například rakoviny prostaty, kde hrozí tloustnutí a následně rozvoj cukrovky a nemocí srdce a cév, doporučujeme více pohybu, zařadit více zeleniny, cereálií a omezit příjem tuků a jednoduchých cukrů,” uvedla.

Ročně v ČR onemocní na 80.000 lidí rakovinou, zemře na ni 27.000. Až půl milionu Češek a Čechů se s rakovinou léčilo nebo léčí. Zhruba třetina nádorových onemocnění souvisí se stravou. Riziko zvyšuje nadměra tuků a červeného masa, nedostatek zeleniny a ovoce, málo pohybu. Strava a pohyb jsou důležité v prevenci zhoubné nemoci, ale i během její léčby.

“Výživa zlepšuje kvalitu života nemocného a pomáhá mu dobře zvládnout náročnou onkologickou léčbu, a to jak chirurgickou a biologickou, tak léčbu zářením a chemoterapií. Pomáhá také dodržet dávky a intervaly léčby, snižuje počet akutních hospitalizací i počet přidružených infekcí,” řekla lékařka Ústavu radiační onkologie pražské Nemocnice Na Bulovce.

Jídelníček by se stejně jako postup léčby měl tvořit pro každého pacienta individuálně. Kdo pro nevolnost nemůže pořádně jíst, může energii a bílkoviny doplnit “pitíčky”,

která na předpis onkologa hradí zdravotní pojišťovny. O výživě v každé fázi nemoci a při dané léčebné metodě se mohou pacienti poradit v síti nutričních ambulancí.

Lékařka varovala před jednostrannými dietami, stejně jako před úmyslným vyhladováním, někteří pacienti to i přes osvětu stále zkoušejí. Při onkologické léčbě nedoporučila potravinové doplňky a enzymové přípravky, zpochybnila i užívání velkých dávek vitamínu C a “zázračných” medikamentů. Neprošly testováním, a tak mohou a nemusejí mít slibované účinky, a naopak mohou nepříznivě ovlivnit působení užívaných léků.

*Článek byl publikován 29. 7. 2015 na portále
Magazín.Českénoviny.cz*