

Spis treści

Od Wydawcy	XIII
Przedmowa do wydania II	XV
Skróty	XVII

A Ocena stanu odżywienia i żywienie w stanie zdrowia

1. Programowanie metaboliczne	3
<i>Bernadeta Patro-Goląb, Bartłomiej M. Zalewski, Piotr Socha</i>	
1.1. Wstęp	3
1.2. Hipoteza programowania metabolicznego	3
1.3. Żywienie we wczesnym okresie życia a ryzyko wybranych chorób cywilizacyjnych	4
1.4. Programowanie mikrobiotyczne	6
1.5. Programowanie metaboliczne a praktyka kliniczna	6
1.6. Podsumowanie	6
2. Ocena stanu odżywienia	8
<i>Piotr Dziechciarz</i>	
2.1. Wstęp	8
2.2. Metoda antropometryczna	8
2.3. Badanie podmiotowe, przedmiotowe i ocena dietetyczna	15
2.4. Ocena laboratoryjna	15
3. Ocena diety	16
<i>Joanna Rachtan-Janicka</i>	
3.1. Wskazania	16
3.2. Wybór metody	16
3.3. Wybrane metody oceny	17
3.4. Zalecenia praktyczne	20
4. Podstawowe zapotrzebowanie energetyczne	24
<i>Joanna Rachtan-Janicka, Andrea Horvath</i>	
4.1. Wstęp	24
4.2. Zapotrzebowanie na energię	25
4.3. Białka	27
4.4. Tłuszcze	28
4.5. Węglowodany	31
5. Karmienie piersią	35
<i>Andrea Horvath (5.1, 5.2, 5.3, 5.5), Hanna Szajewska (5.1, 5.2, 5.3, 5.5), Aleksandra Wesołowska (5.4)</i>	
5.1. Wstęp	35
5.2. Charakterystyka	35

5.3. Poradnictwo laktacyjne	37
5.4. Bank mleka kobiecego	41
5.5. Leki w okresie laktacji	43
6. Produkty zastępujące mleko kobiece	45
<i>Hanna Szajewska</i>	
6.1. Wstęp	45
6.2. Terminologia	45
6.3. Produkty zastępujące mleko kobiece na bazie mleka krowiego ...	45
6.4. Produkty zastępujące mleko kobiece na bazie mleka koziego	49
6.5. Preparaty sojowe	49
6.6. Hydrolizaty białka	50
6.7. Preparaty zawierające wolne aminokwasy	52
6.8. Ogólne zasady przygotowywania mleka dla niemowląt	52
7. Wprowadzanie pokarmów uzupełniających	54
<i>Hanna Szajewska</i>	
7.1. Schemat żywienia niemowląt	54
7.2. Terminologia	54
7.3. Harmonogram i sposób wprowadzania	54
7.4. Dieta wegetariańska i wegańska	59
8. Żywienie dzieci po 2. roku życia	61
<i>Jacek Mrukowicz, Halina Weker, Joanna Rachtan-Janicka</i>	
8.1. Wstęp	61
8.2. Rola lekarza	61
8.3. Specyfika żywienia w zależności od wieku	62
8.4. Kształtowanie właściwych nawyków żywieniowych	66
9. Żywienie ciężarnych i kobiet karmiących piersią a zdrowie dzieci	70
<i>Katarzyna Smoter, Dorota Bomba-Opoń, Mirosław Wielgoś</i>	
9.1. Wstęp	70
9.2. Stan odżywienia w okresie przedkoncepcyjnym i w czasie ciąży	70
9.3. Przyrost masy ciała w okresie ciąży	71
9.4. Podstawowe zasady żywienia w ciąży	71
9.5. Podstawowe zasady żywienia kobiet karmiących piersią	73
9.6. Zapotrzebowanie na wodę	73
9.7. Witaminy i składniki mineralne	74
10. Piramida żywienia	79
<i>Joanna Rachtan-Janicka</i>	
10.1. Definicja	79
10.2. Zasady zdrowego żywienia	79
10.3. Zdrowy styl życia	86

11.	Dieta wegetariańska i wegańska	88
	<i>Joanna Rachtan-Janicka, Małgorzata Desmond</i>	
11.1.	Definicja i klasyfikacja.....	88
11.2.	Bezpieczeństwo i wpływ na zdrowie dzieci.....	88
11.3.	Skład i bilansowanie.....	89
11.4.	Monitorowanie.....	95
12.	Biotyki (probiotyki, prebiotyki, synbiotyki, postbiotyki)	97
	<i>Hanna Szajewska</i>	
12.1.	Mikrobiota.....	97
12.2.	Modyfikacja mikrobioty.....	98
12.3.	Probiotyki.....	98
12.4.	Prebiotyki.....	99
12.5.	Synbiotyki.....	101
12.6.	Postbiotyki.....	101
12.7.	Dawkowanie biotyków.....	103
12.8.	Bezpieczeństwo.....	103
12.9.	Zalecenia.....	103
12.10.	Preparaty dostępne w Polsce.....	105
13.	Zalecenia dotyczące suplementacji diety	107
	<i>Anna Chmielewska, Bernadeta Patro-Gołąb, Jacek Mrukowicz</i>	
13.1.	Wstęp.....	107
13.2.	Witamina D.....	107
13.3.	Witamina K.....	108
13.4.	Żelazo.....	109
13.5.	Fluor.....	110
13.6.	Ksylitol.....	111
13.7.	Niezbędne nienasycone kwasy tłuszczowe.....	111
13.8.	Jod.....	112
14.	Żywnie sportowców w wieku rozwojowym	114
	<i>Aleksandra Pięta, Barbara Frączek</i>	
14.1.	Wstęp.....	114
14.2.	Specyfika żywienia młodych sportowców.....	114
14.3.	Podstawowe składniki odżywcze.....	114
14.4.	Żywnie okołowysiłkowe.....	116
14.5.	Zaburzenia odżywiania.....	120
14.6.	Suplementy.....	121
14.7.	Poradnictwo żywieniowe.....	121
15.	Nutrigenetyka i nutrigenomika	123
	<i>Jacek Józef Pietrzyk</i>	
15.1.	Definicje.....	123
15.2.	Nutrigenetyka.....	123
15.3.	Nutrigenomika.....	129
15.4.	Testy genetyczne na życzenie pacjenta a personalizacja diety.....	131
15.5.	Stan aktualny i przyszłe kierunki rozwoju.....	134

B Podstawy leczenia żywieniowego

1.	Niedożywienie szpitalne	139
	<i>Piotr Dziechciarz</i>	
2.	Leczenie żywieniowe i żywienie dojelitowe	147
	<i>Ewa Toporowska-Kowalska (B.2.1, B.2.2), Jarosław Kierkuś (B.2.1, B.2.3), Joanna Kudzin (B.2.1, B.2.2), Małgorzata Matuszczyk (B.2.2, B.2.3), Anna Wiernicka (B.2.3), Michał Szczepański (B.2.3)</i>	
2.1.	Definicje leczenia żywieniowego.....	147

2.2.	Żywnie dojelitowe – zasady.....	147
2.3.	Drogi dostępu do przewodu pokarmowego.....	155
3.	Żywnie pozajelitowe	167
	<i>Janusz Książczyk</i>	
C	Leczenie żywieniowe i dietetyczne w wybranych chorobach	
1.	Okres noworodkowy	183
	<i>Iwona Sadowska-Krawcenko (C.1.1, C.1.2), Krystyna Bober-Olesińska (C.1.3)</i>	
1.1.	Noworodki donoszone – problemy żywieniowe w pierwszych tygodniach życia.....	183
1.2.	Żółtaczka noworodków karmionych piersią lub mlekiem kobiecym.....	185
1.3.	Noworodki urodzone przedwcześnie lub z małą urodzeniową masą ciała.....	189
2.	Nadwrażliwość na pokarmy	202
	<i>Andrea Horvath, Anna Nowak-Węgrzyn</i>	
3.	Zapobieganie alergii na pokarmy poprzez modyfikację dietetyczną	214
	<i>Hanna Szajewska</i>	
3.1.	Wstęp.....	214
3.2.	Ocena ryzyka wystąpienia choroby alergicznej.....	214
3.3.	Interwencje żywieniowe w zapobieganiu alergii.....	214
4.	Ostra biegunka infekcyjna	218
	<i>Małgorzata Pieścik-Lech, Bernadeta Patro-Gołąb, Hanna Szajewska</i>	
5.	Biegunka przewlekła	223
	<i>Katarzyna Popińska</i>	
6.	Choroby związane z glutenem	230
	<i>Anna Chmielewska, Hanna Szajewska</i>	
6.1.	Klasyfikacja.....	230
6.2.	Celiakia.....	230
6.3.	Alergia na pszenicę.....	235
6.4.	Nieceliakalna nadwrażliwość na gluten/pszenicę.....	236
7.	Nietolerancja FODMAP	239
	<i>Elżbieta Jarocka-Cyrta</i>	
8.	Nietolerancja mono- i disacharydów	245
	<i>Piotr Albrecht</i>	
8.1.	Informacje ogólne.....	245
8.2.	Niedobór laktazy.....	245
8.3.	Niedobór sacharazy/izomaltazy.....	248
8.4.	Niedobór trehalazy lub maltazy.....	249
8.5.	Wrodzone zaburzenia transportu glukozy/galaktozy.....	249
8.6.	Zaburzenia transportu fruktozy.....	250
9.	Refluks żołądkowo-przełykowy i choroba refluksowa przełyku	252
	<i>Krzysztof Fyderek</i>	
10.	Wybrane zaburzenia czynnościowe przewodu pokarmowego	259
	<i>Andrea Horvath, Piotr Dziechciarz</i>	
10.1.	Wstęp.....	259

10.2.	Kolka niemowlęca.....	259
10.3.	Zaparcie czynnościowe	262
10.4.	Czynnościowy ból brzucha	269
11.	Nieswoiste choroby zapalne jelit.....	273
	<i>Katarzyna Karolewska-Bochenek, Izabella Łazowska-Przeorek, Aleksandra Pituch-Zdanowska</i>	
12.	Wybrane choroby wątroby	281
	<i>Piotr Socha (C.12.1, C.12.2), Joanna Pawłowska (C.12.1), Wojciech Jańczyk (C.12.2)</i>	
12.1.	Choroby cholestatyczne i niewydolność wątroby	281
12.2.	Choroba stłuszczeniowa wątroby związana z dysfunkcją metaboliczną	286
13.	Mukowiscydoza	292
	<i>Jan K. Nowak, Jarosław Walkowiak, Henryk Mazurek</i>	
14.	Ostre zapalenie trzustki	303
	<i>Grzegorz Oracz</i>	
15.	Przewlekłe zapalenie trzustki.....	308
	<i>Grzegorz Oracz</i>	
16.	Cukrzyca	314
	<i>Agnieszka Szypowska</i>	
17.	Nadwaga i otyłość	325
	<i>Agnieszka Zachurczok, Ewa Malecka-Tendera</i>	
18.	Wybrane dyslipidemie uwarunkowane genetycznie.....	338
	<i>Joanna Taybert</i>	
18.1.	Hipercholesterolemia rodzinna	338
18.2.	Abetalipoproteinemia	341
18.3.	Hipobetalipoproteinemia.....	342
18.4.	Hipertriglicerydemia pierwotna uwarunkowana deficytem lipazy lipoproteinowej.....	343
19.	Wybrane wrodzone wady metabolizmu.....	346
	<i>Jolanta Sykut-Cegielska (19.1–19.4), Agnieszka Kowalik (19.1–19.4), Maria Giżewska (19.5)</i>	
19.1.	Informacje ogólne	346
19.2.	Niedobór dehydrogenazy 3-hydroksyacylo-CoA kwasów tłuszczowych o długim łańcuchu.....	351
19.3.	Wrodzona nietolerancja fruktozy.....	353
19.4.	Tyrozynemia typu 1	355
19.5.	Fenylketonuria.....	358
20.	Trudności związane z karmieniem	370
	<i>Anna Rybak, Katarzyna Bąbik-Broniń, Andrea Horvath</i>	
21.	Jadłowstręt psychiczny i żółtaczka psychiczna.....	382
	<i>Gabriela Jagielska, Łukasz Dembiński</i>	
21.1.	Jadłowstręt psychiczny	382
21.2.	Żółtaczka psychiczna	393

22.	Wybrane problemy w neurologii i psychiatrii dziecięcej.....	399
	<i>Dorota Gieruszczak-Bialek (22.1, 22.2), Krystyna Szymańska (C.22.1, C.22.2), Andrea Horvath (22.1, 22.2, 22.4), Magdalena Dudzińska (22.3), Barbara Remberk (22.4), Magdalena Castello-Rokicka (22.4), Katarzyna Bąbik-Broniń (22.4), Hanna Szajewska (22.4), Tomasz Wolańczyk (22.5), Anna Maria Kalenik (22.5)</i>	
22.1.	Choroby układu nerwowego – wstęp.....	399
22.2.	Niedożywienie w chorobach układu nerwowego	399
22.3.	Padaczka lekooporna i dieta ketogenna.....	405
22.4.	Zaburzenia ze spektrum autyzmu.....	410
22.5.	Zespół nadpobudliwości psychoruchowej.....	416
23.	Zespół krótkiego jelita.....	423
	<i>Janusz Książyk</i>	
24.	Wybrane choroby nerek.....	428
	<i>Mieczysław Litwin (C.24.1, C.24.2), Małgorzata Pańczyk-Tomaszewska (C.24.3), Piotr Skrzypczyk (C.24.3)</i>	
24.1.	Przewlekła choroba nerek	428
24.2.	Nadciśnienie tętnicze	434
24.3.	Kamica nerkowa	438
25.	Wady wrodzone serca i niewydolność serca.....	449
	<i>Joanna Książyk, Janusz Książyk</i>	
26.	Choroba oparzeniowa.....	456
	<i>Małgorzata Łyszkowska</i>	
27.	Mnogie obrażenia ciała	462
	<i>Małgorzata Łyszkowska</i>	
28.	Zabieg operacyjny w obrębie przewodu pokarmowego.....	467
	<i>Jarosław Kierkuś, Anna Wiernicka, Małgorzata Matuszczyk, Michał Szczepański</i>	
29.	Choroby nowotworowe.....	472
	<i>Ewa Toporowska-Kowalska</i>	
30.	Zakażenie ludzkim wirusem niedoboru odporności i zespół nabytego niedoboru odporności	479
	<i>Magdalena Marczyńska, Jolanta Popielska</i>	
31.	Opieka paliatywna.....	488
	<i>Marek W. Karwacki</i>	

D

Dodatki

1	Poradnictwo laktacyjne w praktyce lekarza	495
	<i>Monika Żukowska-Rubik, Magdalena Nehring-Gugulska</i>	
1.1.	Sztuka i technika karmienia piersią	495
1.2.	Ocena skuteczności karmienia piersią	501
1.3.	Odciąganie, przechowywanie i podawanie mleka kobiecego.....	513
1.4.	Metody dokarmiania dzieci karmionych piersią.....	522
1.5.	Trudności w karmieniu piersią a skrócone wędzidełko języka u niemowlęcia.....	527

2	Protokół doustnej próby prowokacji w diagnostyce nadwrażliwości na pokarm	536
	<i>Andrea Horvath</i>	
2.1.	Definicja.....	536
2.2.	Wskazania.....	536
2.3.	Wybór metody.....	536
2.4.	Postępowanie przed próbą i w jej trakcie	539
2.5.	Wynik próby i informacja dla rodziców.....	543
3	Diety: bez białek mleka krowiego i laktozy, bezglutenowa i bogatoresztkowa.....	544
	<i>Joanna Rachtan-Janicka</i>	
3.1.	Dieta bez białek mleka krowiego i laktozy.....	544
3.2.	Dieta bezglutenowa.....	548
3.3.	Dieta normoresztkowa i bogatoresztkowa.....	555
3.4.	Ogólne zasady wprowadzania diety.....	557
4	Diety przemysłowe i inne specjalistyczne preparaty żywieniowe	559
	<i>Karolina Przeździecka, Joanna Rogoż, Joanna Korzeniowska</i>	
5	Preparaty żywieniowe stosowane we wrodzonych wadach metabolizmu	582
	<i>Karolina Przeździecka, Joanna Rogoż, Joanna Korzeniowska</i>	
6	Standardy i normy rozwoju	591
	<i>Jacek Mrukowicz, Iwona Palczewska, Alicja Krzyżaniak, Małgorzata Krzywińska-Wiewiorowska, Tadeusz Nawarycz</i>	
6.1.	Wstęp	591
6.2.	Prezentowanie i interpretacja wyników	591
6.3.	Biologiczne układy odniesienia – normy i standardy rozwojowe.....	591
7	Normy żywieniowe – witaminy, składniki mineralne i woda	685
	<i>Joanna Rachtan-Janicka</i>	
7.1.	Woda	685
7.2.	Witaminy i składniki mineralne	685