

Týden rizik malnutrice: Výživa jako nezbytná součást léčby

10.11.2025 - | Nemocnice České Budějovice

Ve dnech 10.-16. listopadu 2025 se Nemocnice České Budějovice připojuje k celostátní osvětové kampani Týden rizik malnutrice. Jejím cílem je připomenout, že správná výživa může zásadně ovlivnit průběh onemocnění i uzdravování.

Malnutrice (špatný výživový stav) nejenže zvyšuje riziko komplikací a prodlužuje dobu léčby, ale zároveň zvyšuje i náklady spojené s péčí. Dobrou zprávou je, že jejímu rozvoji lze předcházet — pomáhá včasná diagnostika, nutriční screening a odborná péče.

7 kroků ke správné nutriční péči

- Všimněte si svého stravování - volte pestrou, kvalitní stravu.
- Upřednostněte **bílkoviny** - prospívají obnově tkání a svalů (libové maso, vejce, ryby, mléčné výrobky, luštěniny).
- Sledujte hmotnost - nechtěný úbytek je signál ke konzultaci s odborníkem.
- Zařadte pohyb - jemná pravidelná aktivita prospívá tělu i náladě.
- Nebojte se využít odborné pomoci nutričních terapeutů.
- Pokud běžná strava nestačí, jsou k dispozici speciální nutriční přípravky.

Výživa je **nedílnou součástí léčby**, která může významně ovlivnit její úspěch.

Více informací na: **www.RizikaMalnutrice.cz**

<https://www.nemcb.cz/aktuality/tyden-rizik-malnutrice-vyziva-jako-soucast-lecby>