

Dietně vaří i pro jedinou žákyni



DĚTEM TADY CHUTNÁ. Kuchařky jídelny při Základní škole Za Nádražím Český Krumlov připravují pokrmy podle zásad bezlepkové diety už řadu let. Foto: Deník/Martin Tröster

MARTIN TRÖSTER

Český Krumlov – S tím, jak zajistit teplý oběd pro své nemocné dítě, si nemusejí lámat hlavu rodiče žáků Základní školy Za Nádražím v Českém Krumlově.

Ve zdejší školní jídelně totiž pokrmy podle zásad bezlepkové diety vaří možná už dvě desetiletí. Stejně jako dietní jídla pro diabetiky nebo děti s onemocněním jater nebo ledvin.

Vedoucí školní jídelny Jaroslava Krchová zmínila, že až do loňska připravovaly její kuchařky bezlepková jídla také pro dvě další českokrumlovské školy. „Letos už tam ale děti s celiakií nemají. Tuto dietu tedy nyní zajišťujeme jen pro jednu naši žáky-

ni,“ vysvětlila Jaroslava Krchová.

Doplnila, že kdyby dietních pokrmů připravovali v jídelně mnoho, bylo by to v současném personálním složení jen obtížně zvládnutelné. „Některé druhy diet jsou složitější, a tím i časově náročnější. Pro zachování kvality hlavních jídel je pak nutné vyvinout větší úsilí zbyvajících kuchařek,“ podotkla Jaroslava Krchová.

Jelikož suroviny objednává jídelna z velkoobchodu, který by bezlepkovou mouku nebo speciální těstoviny v množství potřebném pro jednu žákyni nedodal, Jaroslava Krchová vždy rodičům dívky sestaví seznam, podle něhož oni suroviny nakoupí.

„Příslušnou částku pak ro-

dičům proplatíme a stejně jako ostatním žákům zaplatí jen cenu oběda,“ popsala Jaroslava Krchová.

Cena dietního jídla je v jídelně Základní školy Za Nádražím o tři koruny vyšší než částka, kterou tady účtují za běžný oběd. „Pro rodiče žáků s celiakií je to výhodné, ale vzhledem k nákladům je zmíněný příplatek nízký,“ zmínila vedoucí jídelny a jako důkaz přidala malé srovnání: „Kilo běžné mouky stojí 9 až 12 korun, stejné množství mouky pro celiaky 60 až 90 korun.“

Přesto ale českokrumlovské kuchařky bezlepková jídla připravují chutně a s nápadem. „Pečeme i bezlepkový chleba anebo dezerty,“ vyjmenovala Jaroslava Krchová.

„Projevem celiakie může být předčasná osteoporóza, únavy či deprese,“ říká lékařka

Mnoho lidí o své nemoci ani neví

MARTIN TRÖSTER

České Budějovice – Až devadesát procent lidí, kteří by měli dodržovat bezlepkovou dietu, o své nemoci neví. V rozhovoru to prozradila primářka gastroenterologického oddělení Nemocnice České Budějovice Olga Shonová.

Lze stručně vysvětlit, co je celiakie a jaká omezení či rizika s sebou tato nemoc přináší?

Jedná se o dědičné onemocnění dětí a dospělých způsobené nesnášenlivostí lepku. Tato tzv. autoimunitní choroba je způsobena přemrštěnou reakcí vlastního organismu na přítomnost bílkoviny – lepku v těle. Nositelé této nemoci jsou vystaveni celoživotnímu permanentnímu poškození tenkého střeva a dalších tkání a orgánů. Jedinou léčbou je absolutní vyloučení lepku ze stravy, a to po celý život.

Typickým projevem této nemoci jsou poruchy vstřebávání živin tenkým střevem, průjemy, pokles váhy a chudokrevnost. Tyto klasické příznaky ovšem pozorujeme pouze u dětí do tří let věku, diagnostika celiakie u těchto nemocných bývá časná a správná.

U starších dětí a zejména pak v dospělosti střevní projevy ale ustupují do pozadí, ve školních letech mohou převažovat psychosomatické poruchy, chudokrevnost, celkové neprosívání. U dospělých nastupují již komplikace



PRIMÁŘKA Olga Shonová.

Foto: Nemocnice České Budějovice

nemoci, jako jsou předčasná osteoporóza, nevysvětlený únavový syndrom či deprese. Nejtěžším stupněm komplikací je zhoubné nádorové onemocnění.

Dá se říci, kolik lidí, kteří musejí dodržovat tzv. bezlepkovou dietu, v Jihočeském kraji žije?

V jižních Čechách je evidováno pouze kolem 4500 až 5000 nemocných. Jde o současný odhad Sdružení jihočeských celiaků.

Zvyšuje se počet nemocných? Pokud ano, čím to je? Přesnější diagnostikou, anebo skutečným nárůstem počtu onemocnění tohoto druhu?

Zatím neumíme říct, jak rychle a o kolik se zvyšují počty nemocných, poněvadž neznáme současná reálná čísla nemocných. Je ale faktem, že výrazně přibývá autoimunitních chorob obecně.

V loňském roce po mnohaletém úsilí odborníků byla ministrem zdravotnictví Leošem Hegerem podepsána vyhláška Cíleného screeningu celiakie, která zahrnuje pracovní postup vyhledávání nemocných touto chorobou. Předpokládáme, že v dalších letech se bude zvyšovat zachyt celých rodin.

Je hodně lidí, kteří nevědí, že by bezlepkovou dietu měli držet?

Bohužel, počet diagnostikovaných jedinců nepřesahuje 10 procent, ostatní jedinci se svými stesky zůstávají v péči praktických lékařů či jiných specialistů, nebo nejsou vůbec identifikováni.

Hrubý odhad neléčených celiaků je v ČR mezi 50 000 až 100 000. Všichni diagnostikovaní se musejí ve vlastním zájmu podrobit co nejpřísnější bezlepkové dietě a přijmou tuto formu stravování za svoji celoživotní cestu, jen tak mohou dosáhnout plného zdraví. V současné době jiná léčba není k dispozici.

Myslíte si, že je v kraji dostatek veřejných stravoven, kam celiáci mohou chodit například na obědy?

V kraji dle mého soudu není dostatečná kapacita stravovacích zařízení toho druhu, do budoucna vůbec ne. Je třeba si uvědomit, že bezlepková dieta je finančně velmi nákladná a ne ve všech koutech republiky i Jihočeského kraje je dobrá dostupnost bezlepkových surovin.