

## Ukázka z knihy „Výživa při zhoubných onemocněních“

Mgr. Martin Jelínek

...

U zhoubných onemocnění se západní medicína zaměřuje především na zjišťování, do jaké míry jednotlivé potraviny a jejich kombinace zasahují do fungování postižených částí těla. Organismus jako celek nebývá vždy součástí sledování ani výsledků jednotlivých studií. To může být jádro celého problému, o kterém se zmíníme v dalších částech knihy. Navíc bývá velmi složité i vyhodnocování výsledků takových studií. Pravdou je, že čím méně faktorů při studiích sledujeme, tím je výsledek čitelnější. Zjišťování působení širokého zastoupení živin ve stravě se proto zjednodušuje na nejobecnější možnou úroveň, aby lékaři mohli říci, že pro konkrétní diagnostikovanou chorobu je nejvhodnější ten konkrétní způsob stravování. Ideálně takový, který je možné použít na největším možném počtu lidí.

Základní pravidlo stravování, ze kterého západní medicína vychází, je především pestrost. Principem doporučovaných stravovacích režimů při zhoubných onemocněních je tedy snaha zajistit co nejširší možné spektrum živin v ideálním zastoupení tak, aby jednotlivé buňky našeho těla mohly pracovat na optimální úrovni. A protože není vůbec složité jejich množství spočítat a získat tak konkrétní hodnotu, kterou můžeme vést v evidenci a kalkulovat s ní jako s vysoce hodnotným parametrem, volí se především tato cesta.

Takže ve stravě, která je doporučována Pacientům, se z tohoto úhlu pohledu musí nacházet dostatek bílkovin, sacharidů, správných forem tuků, vitamínů, minerálních látek a dalších.

Z této pozice racionality je to samozřejmě logické.

K čemu pak dochází?

Podívejme se na několik příkladů, ze kterých by mělo být jasné, jakým směrem západní medicína ve výživě uvažuje:

Častým projevem organismu jako reakce těla na přítomnost nádoru a současně způsob agresivní léčby je malnutrice neboli podvýživa. Váží se k tomu pojmy jako je nádorová anorexie a kachexie, statisticky je takto postiženo až sedmdesát procent všech Pacientů. Zjednodušeně řečeno při léčbě zhoubných onemocnění v nadpoloviční většině případů dochází k celkovému poklesu tělesné hmotnosti a úbytku tukové a svalové tkáně. Vše jako projev biochemických pochodů v buňkách, které takto reagují na probíhající změny v těle vyvolané nádorem i samotnou léčbou. Mnoho z těchto pochodů umí medicína sledovat a měřit, proto na ně rychle reaguje i změnou stravování.

Pokud je navíc po chirurgickém zákroku, přibývají další problémy. Nejčastěji změny chuti k jídlu či nedostatečné zpracování stravy a z toho plynoucí zažívací potíže. Je tedy logické, že v takových případech ze stravování vyloučíme například sycené nápoje, luštěniny nebo některé druhy zeleniny, které obecně nadýmají. Nebo zbytečně ostrá jídla, která dráždí sliznici trávicího traktu.

Naopak se doporučí potraviny jako je maso, ryby, pečivo, nenadýmavé druhy zeleniny a ovoce, tvaroh, mléko, sýry, ořechy, někdy dokonce i zmrzlina. Z těchto jmenovaných potravin se sestaví jídelníček, který většině Pacientů vyhovuje, protože dle jejich tvrzení je chutný a nemusí se do něj nutit. Vyhovuje takto i lékařům z pozice logiky argumentace, kterou celou dobu na tomto místě stručně prezentujeme. To znamená, že je plnohodnotný jako zdroj základních a nezbytných živin a současně z energetického hlediska dostačující k tomu, aby zpomalil postupující podvýživu.

Podobná situace je u léčby nádorů pomocí chemoterapie. Obecně chemoterapie používá látky, které mají za úkol zničit nádorové buňky, zastavit jejich růst a neustálé dělení. Každý dnes ví, že neexistuje žádný lék, který by svým účinkem neovlivnil i zdravé buňky. U této léčby běžně dochází k projevům nechutenství, zvracení, zácpám nebo průjmům, zánětům a jiným poruchám funkce imunitního systému nebo rychlého úbytku hmotnosti. I tady medicína nabízí logická výživová doporučení: Aby bylo zabráněno nepřiměřenému hubnutí, které je pravidelně lékaři sledováno, doporučí se různé druhy masa, vejce, mléčné výrobky, zelenina, luštěniny. Při nedostatku energie pak zmrzlina, dresinky, různé sladkosti, ořechy a semena, smetana.

Pokud se přidá k léčbě ozařování, může docházet k ovlivnění chuti a produkce slin, od čehož se odvíjí problémy, jako jsou zhoršené polykání, nechutenství, záněty sliznice nebo zhoršené využití živin.

Jedním z nejčastějších projevů nejen jednotlivých způsobů léčby, ale celkové choroby, je už uváděná ztráta chuti k jídlu. V takových případech pak lékaři bijí na poplach, protože Pacient automaticky omezuje příjem živin a dochází ke ztrátě hmotnosti, které se lékaři bojí jako čert kříže. Jakmile Pacient začne nepřiměřeně hubnout, je za každou cenu zdůrazňována nezbytnost dostatečného příjmu bílkovin, které by měly ztrátě hmotnosti teoreticky zabránit. Na talíři se pak objevují stejné potraviny s vysokým obsahem bílkovin, které jsme uváděli výše. Tedy různé druhy masa, tvaroh, mléko, sýry, vejce, luštěniny, sójové produkty, pro zlepšení chuti k jídlu i menší množství piva nebo některé druhy koření. V případech, kdy Pacient není schopen bezproblémové konzumace jídla, je možné využít tekutou výživu v podobě speciálních směsí se standardizovaným složením.

Na první pohled nejsou tato obecná pravidla stravování, kterými se západní medicína řídí při léčbě zhoubných onemocnění, ničím složitým. Vše se řídí několika málo nastavenými pravidly. S ohledem na počet Pacientů, kteří jsou systémem léčeni, a obav lékařů z jakýchkoli experimentů, je pochopitelné, že se kráčí tímto směrem.

Vyvstává zásadní otázka. Co je špatně na tomto systému stravování za předpokladu, že je vůbec něco špatně?

Nabízí se jedna do očí bijící odpověď:

Pacient je krměn stravou, o které systém, který jej léčí, současně tvrdí, že přispěla ke vzniku problému.

Bavíme se o mase, mléčných výrobcích, tučných jídlech, sladkostech. Tedy přesně o těch potravinách, o kterých studie prokazují, že přispívají ke vzniku naprosté většiny doposud jmenovaných nádorových onemocnění.

Vyvstává tedy další otázka: Lékaři si to neuvědomují?

Opět jednoduchá odpověď, ve které se snaží přesvědčit, že není stoprocentně prokázáno, že by výživa podporovala růst nádoru. Jeho vznik ano, následný růst ale ne. Navíc současně varují před jakýmkoli alternativními či nestandardními dietními postupy, jako jsou hladovky, půsty, konzumace šťáv a mnoha dalších, o kterých prohlašují, že jsou nebezpečné. Jako hlavní důvod uvádí oslabení imunity.

Priznejme si, že je to trochu netradiční způsob uvažování.

Pacient si nemůže být jistý, zda důvodem je seriózní obava lékaře z jakýchkoli nežádoucích reakcí léčeného organismu nebo egoistická snaha téhož ošetřujícího specialisty lpět na vlastní pravdě.

Abychom ale mohli cokoli kritizovat, je potřeba mít srovnání, tedy vyslechnout názor a argumenty i jiné strany, která se stejnou problematikou zabývá.

Co tedy na možnosti stravování při zhoubných onemocněních říkají jiní specialisté?

---

Knihu „Výživa při zhoubných onemocněních“ si můžete objednat na adrese:

[www.kurzyatac.cz](http://www.kurzyatac.cz)