

Případová studie 3 - Bulimie

Popis případu

- 17letá pacientka, bydlící v městské oblasti, pocházející z rodiny se středním/vysokým socioekonomickým statusem.
- Z nutriční a lékařské anamnézy: pacientka měla narcistické chování se špatnou stravou již asi 4 roky.
- Pacientka má kvůli marginalizaci ve školní skupině problémy s přijetím své váhy a postavy.
- Snížila počet jídel tak, že jedla pouze jedno jídlo denně.
- V posledních 6 měsících pacientka udávala kolísavé změny hmotnosti ± 3 kg.
- Pacientka neměla žádné specifické příznaky nedostatku mikroživin nebo menstruační nerovnováhy.
- Případy záchvatovitého/kompulzivního přejídání byly hlášeny 5-6krát za měsíc s epizodami pocitu viny.
- Epizody samovolného zvracení se objevují 1-2krát za měsíc.
- Úroveň fyzické aktivity se pohybovala mezi 1 a 2 hodinami denně, 7 dní v týdnu.
- Po psychiatrickém vyšetření jsou zjištěny normální výsledky, zahájená léčba a kognitivně behaviorální terapie.
- Byly doporučeny dietní konzultace a pečlivé sledování stravovacího plánu po dobu nejméně 18 týdnů.

Otázky

Na základě poskytnutých informací určete:

- antropometrický stav pacientky v závislosti na věku.
- energetická potřeba pro udržení aktuální hmotnosti
- nutriční požadavky (kalorie a makronutrienty) pro úpravu hmotnosti.
- základní doporučení pro fyzickou aktivitu
- krátkodobá očekávání (4 a 6 týdnů)
- dietní přístup, pokud není dosaženo stanoveného cíle.
- střednědobá očekávání (1 rok)



Příklad dietního přístupu k prezentovanému případu

Antropometrické a nutriční hodnocení

17y 4m (208 months), female

	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	47	103.6 lb	11%	-1.21	55.5
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.16	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	17.5		6%	-1.54	21.0

Po vyhodnocení potravinového deníku byly zjištěny následující výsledky: 1018 kcal/den, 51 g bílkovin, 127 g sacharidů a 31 g tuků během 3 hlavních jídel bez svačin, včetně všech skupin potravin.

Estimated Daily Caloric Needs 2,759 kcal/day

Macronutrients:

Macronutrient	Recommended Intake Per Day
Carbohydrate	310 - 448 grams ⓘ
Total Fiber	26 grams
Protein	40 grams
Fat	77 - 107 grams ⓘ
Saturated fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Trans fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
α-Linolenic Acid	1.1 grams ⓘ
Linoleic Acid	11 grams ⓘ
Dietary Cholesterol	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Total Water	2.3 liters (about 10 cups) ⓘ

Stanovení výživových požadavků

- Byl zahájen dietní plán. Pacientka měla po dobu 2 týdnů průměrný příjem 1400 kcal s postupným zvyšováním o 150 kcal/týden až do dosažení příjmu 2000 kcal/den.
- Pacientka musela omezit sportovní aktivitu na 60 minut denně, 5 dní v týdnu.

	Při zahájení	V 6týdenních intervalech	V intervalu 12 týdnů
Bílkoviny (g)	68	83	97
Tuky (g)	45	54	64
Sacharidy (g)	170	207	243
Kalorie	1400	1700	2000



Dokončení intervenční léčby

- Dietní doporučení byla doplněna skupinovou a individuální terapií.
- Doporučení pro: psychoemoční management, muzikoterapii, taneční terapii, osobní motivaci, vedlejší aktivity aktivního odpočinku a zvyšování sebevědomí, skupinovou komunikaci.

Opětvné hodnocení ve čtyřtýdenním intervalu

17y 5m (209 months), female

	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	48.3	106.5 lb	16%	-1.00	55.6
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.15	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	18		10%	-1.28	21.1

Estimated Daily Caloric Needs	2,272 kcal/day
-------------------------------	----------------

Macronutrients:

Macronutrient	Recommended Intake Per Day
Carbohydrate	256 - 369 grams ⓘ
Total Fiber	26 grams
Protein	41 grams
Fat	63 - 88 grams ⓘ
Saturated fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Trans fatty acids	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
α-Linolenic Acid	1.1 grams ⓘ
Linoleic Acid	11 grams ⓘ
Dietary Cholesterol	As low as possible while consuming a nutritionally adequate diet.
Total Water	2.3 liters (about 10 cups) ⓘ

- Po přehodnocení byl pozorován pozitivní vývoj hmotnosti.
- Pacientce se podařilo dodržovat určený stravovací plán se 3 hlavními jídly.
- Počet epizod záchvatovitého přejídání se snížil na 1-2 za měsíc bez epizod zvracení.
- Pokračuje v dodržování jídelního plánu 2000 kcal/den s cíleným zařazením všech skupin potravin a zvýšením procenta všech makronutrientů.
- Pokusili jsme se zavést 1-2 svačiny, aniž by to bylo povinné.
- Pacientce bylo doporučeno snížit příjem sladkých šťáv hydratací vodou a čaji a zároveň užívat některé potravinové doplňky.
- Fyzická aktivita, také zvýšený zájem o vědomé jedení a vaření.
- Psycho-emocionální management se zlepšil, pacientka byl více motivována.



Opětovné hodnocení v dalším šestitýdenním intervalu

- Vývoj hmotnosti byl pozitivní a konstantní
- Psychiatrický vývoj byl pozitivní, bez epizod nutkavého přejídání a sebepoškozování.
- Pacientka byla stále nespokojená se vzhledem vlastního těla a s nahromaděnou hmotností, ale sebekontrola byla pomalejší; zapojovala se více do skupinových aktivit a sportovní aktivita se snížila na intenzitě.

Opětovné hodnocení v dalším šestitýdenním intervalu

17y 6m (210 months), female

	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	52	114.6 lb	33%	-0.45	55.7
Stature (cm)	165	65.0 in	62%	0.30	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	19.1		23%	-0.75	21.1

Pacientka pokračovala v dodržování stravovacího plánu s obsahem 2000-2200 kcal/den, flexibilnějším stravovacím plánem a sledováním v 6-8týdenních intervalech.

Vývoj hmotnosti po personalizované dietní intervenci po přibližně 1 roce

17y 4m (208 months), female

	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	47	103.6 lb	11%	-1.21	55.5
Stature (cm)	164	64.6 in	56%	0.16	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	17.5		6%	-1.54	21.0

- Počet epizod záchvatovitého přejídání se snížil na nulu.
- Pokračuje dietní a lékařské sledování

18y 8m (224 months), female

	Value	Imperial	%ile	Z-score	50%ile
Weight (kg)	55.2	121.7 lb	42%	-0.20	56.9
Stature (cm)	166	65.4 in	67%	0.43	163
Wt-for-stature (kg)					
BMI-for-age	20		30%	-0.52	21.5