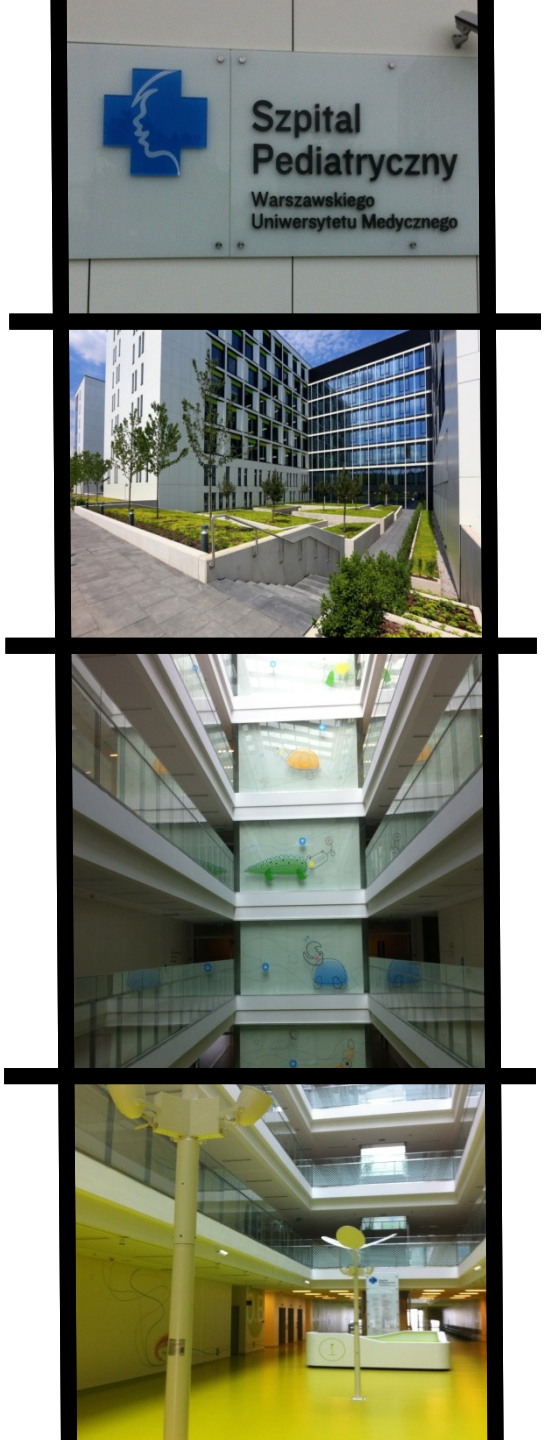
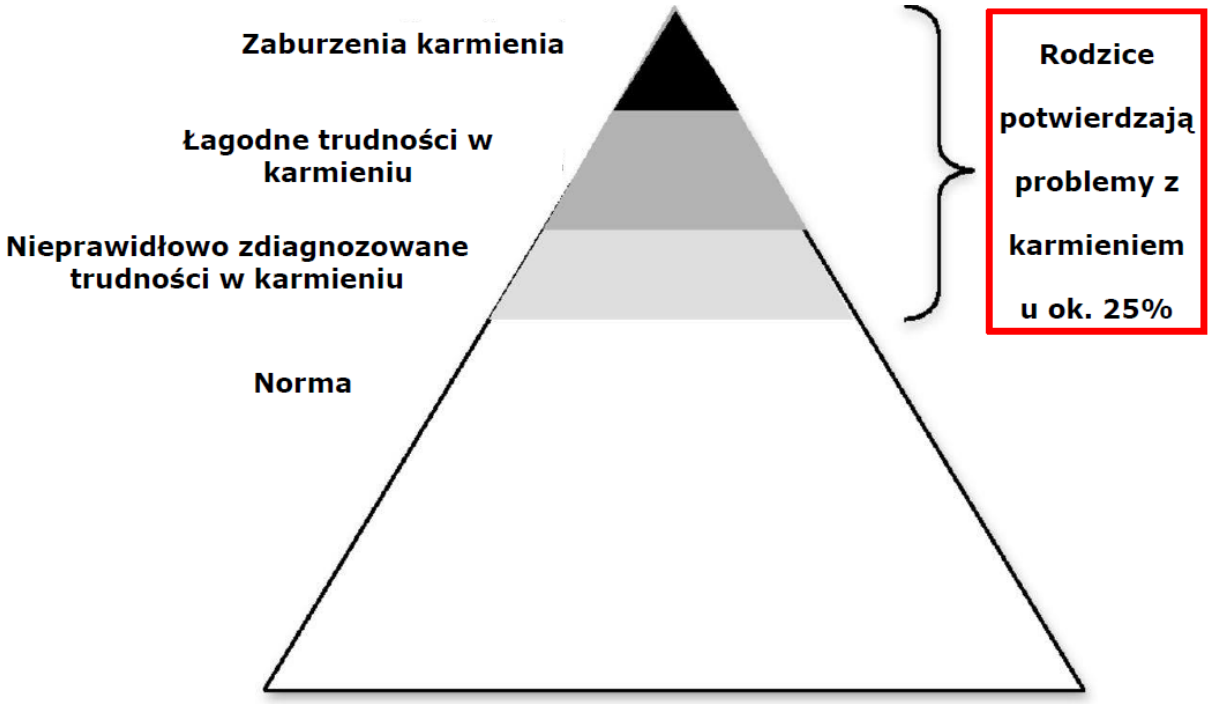
Niejadek – wyzwanie dla wszystkich

Andrea Horvath & Jan Mazela



Czy dzieci „niejadki” to rzeczywisty problem?

TAK

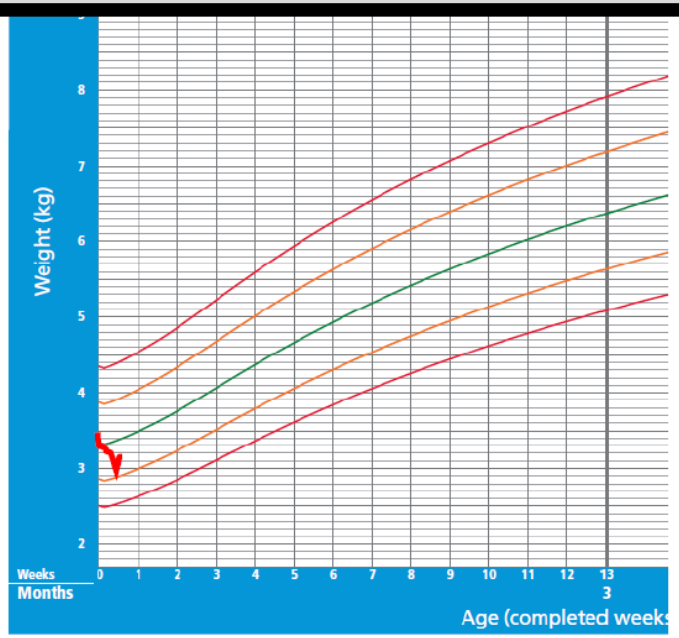


Kerzner B. Pediatrics 2015;135(2):344-53

Czy to dziecko ma problem?

Co zaproponujesz w pierwszej kolejności?

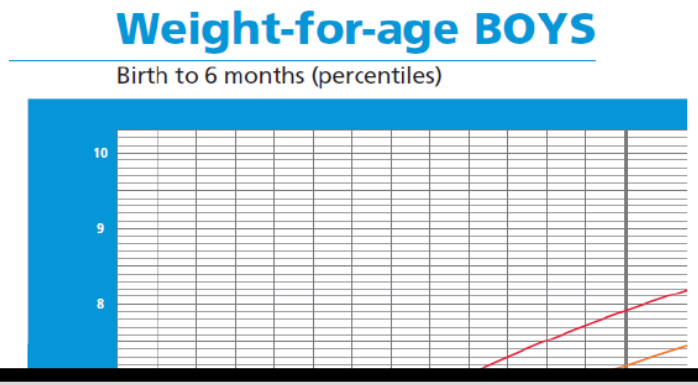
- karmiony piersią – chętnie zaczyna ssać, ale wg mamy przysypia
- masa ur. – **3300g** (w 3. dobie 3070g)
- badanie przedmiotowe bez odchyleń, ale obecna masa **3200 g**



Dziecko „niejadek”
od czego zacząć

Obserwować
- **ma jeszcze czas…**

Zmienić sposób karmienia



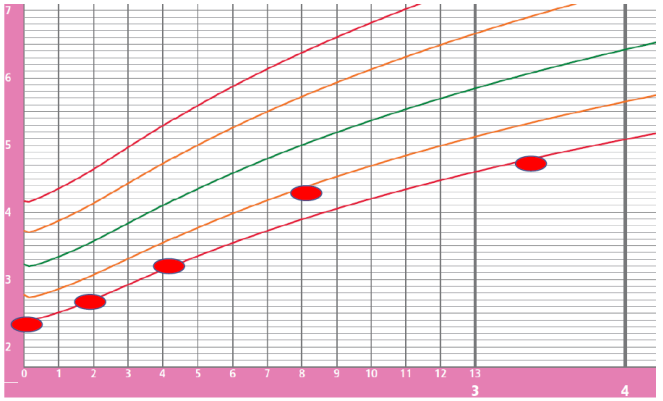
Dobra porada laktacyjna

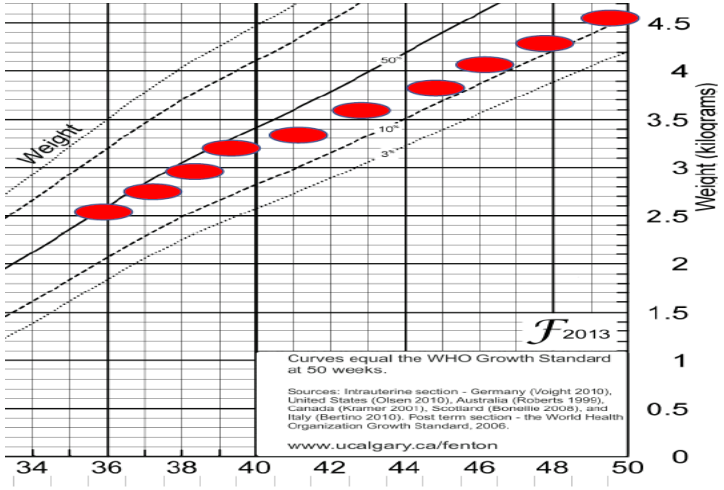
- **efektywność ssania**
- **sposób karmienia**

neurologopeda

Czy to dziecko ma problem?

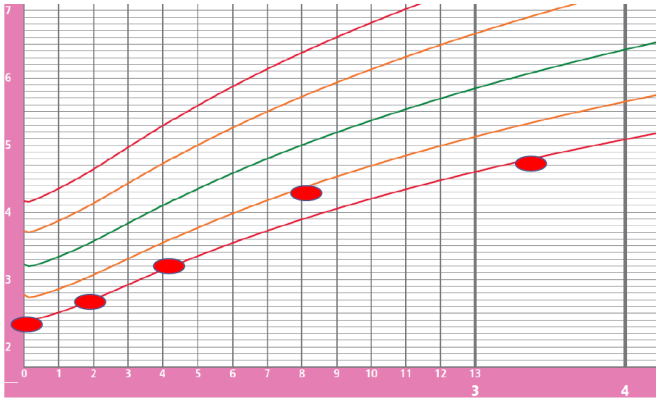
- 3.5-miesięczna dziewczynka – urodzona w 35 tyg. z m.ur. **2.500g**
- początkowo karmiona przez sondę; od 1 m.ż. butelką – pokarmem matki
- od 2-3 tyg. gorszy apetyt i kłopoty z karmieniem – obecna m.c. – **4.500g**



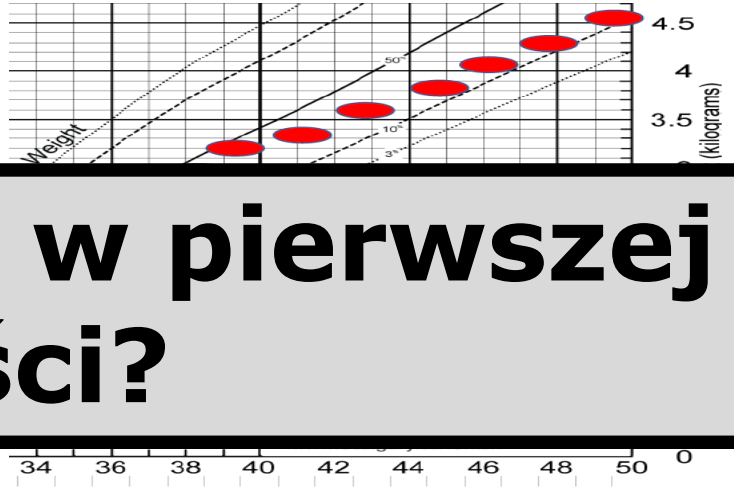


Czy to dziecko ma problem?

- 3.5-miesięczna dziewczynka – urodzona w 35 tyg. z m.ur. **2.500g**
- obecna m.c. – **4.500g**



- badanie przedmiotowe bez odchyleń



Co zaproponujesz w pierwszej kolejności?

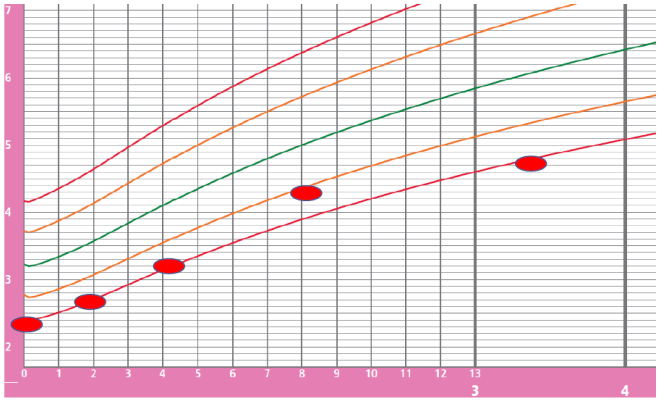
Dziecko „niejadek”
od czego zacząć

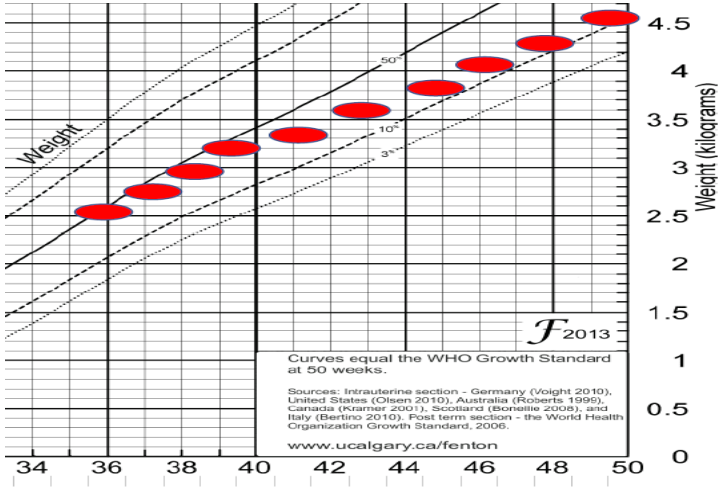
Obserwować
- **ma jeszcze czas…**

Zmienić sposób karmienia
- dokarmiać… czym…

Zlecić badania
- jakie…

Wysłać do specjalisty
- gdzie..



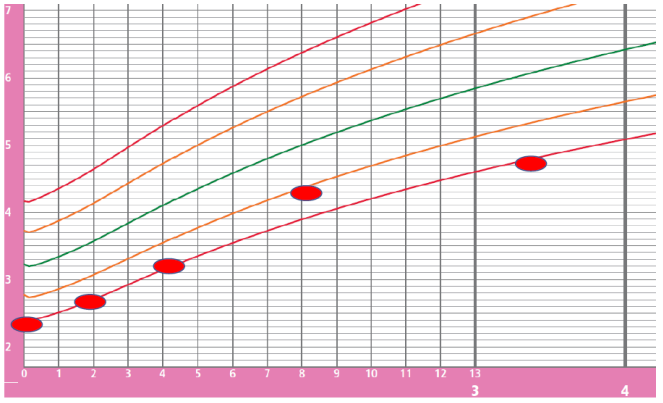


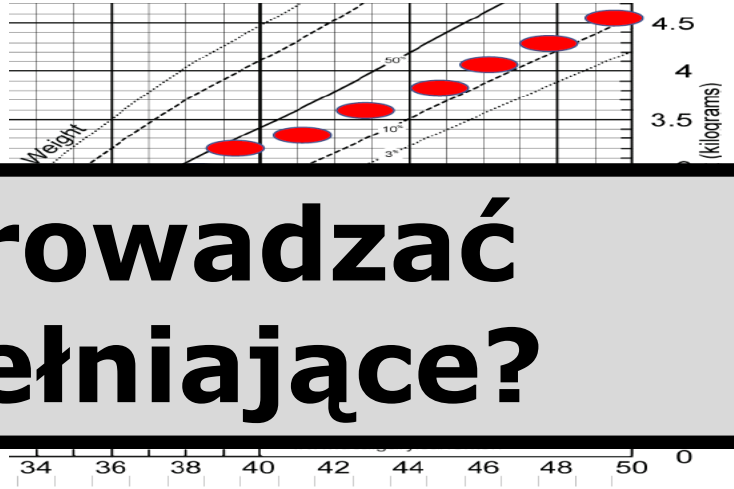
Dziecko „niejadek”
od czego zacząć

Obserwować
- **ma jeszcze czas…**

Zmienić sposób karmienia
- dokarmiać… czym…

Zlecić badania
- jakie…





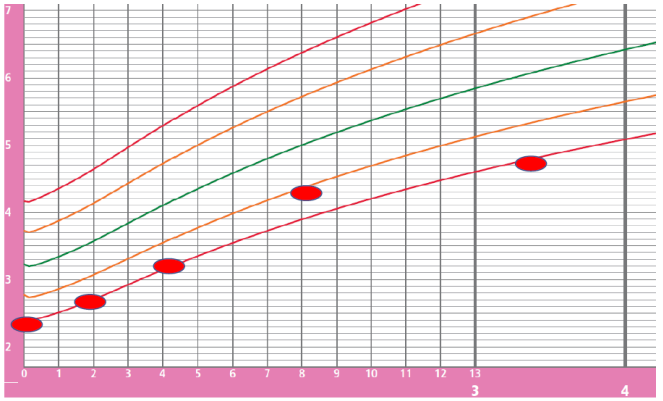
Czy wolno wprowadzać pokarmy uzupełniające?

Dziecko „niejadek”
od czego zacząć

Obserwować
- **ma jeszcze czas…**

Zmienić sposób karmienia
- dokarmiać… czym…

Zlecić badania



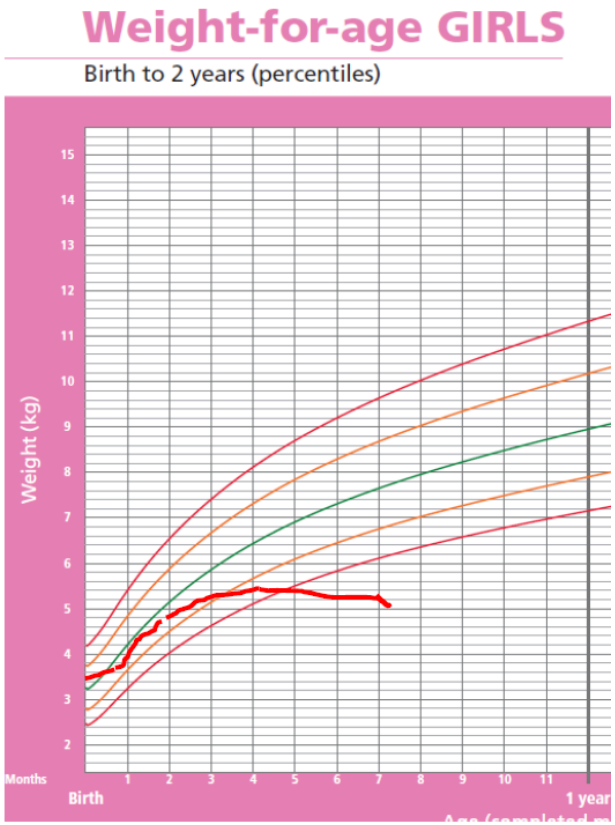
Pamiętaj o suplementacji żelazem

m.c. 2000-2500g **1-2 mg/kg** **6 m-cy**

Standard Opieki Ambulatoryjnej Nad Dzieckiem Urodzonym Przedwcześnie
PTN & PTP 2018

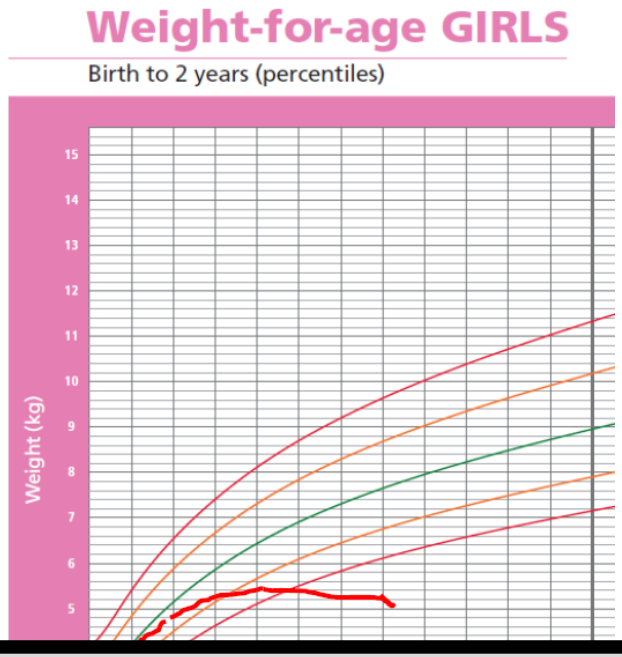
Czy to dziecko ma problem?

- 7.miesięczna dziewczynka z C II, P II, starszy brat zdrowy
- karmiona piersią; nieszczepiona
- skierowana w trybie CITO! z powodu słabych przyrostów masy ciała
- wywiad osobniczy i rodzinny bez istotnych odchyleń



Czy to dziecko ma problem?

- wg matki je sporo
  - pierś 7-8 x dobę
  - zupa „duża miska” x 2
  - deserek owocowy x 1
- od 2 tyg. nic nie przybrała – masa ciała 5160g;
- badanie przedmiotowe bez



Co zaproponujesz w pierwszej kolejności?

Dziecko „niejadek” od czego zacząć

Masa 5160

zapotrzebowanie w 1 r.ż. 100 kcal/1kg m.c. +10-20% na straty

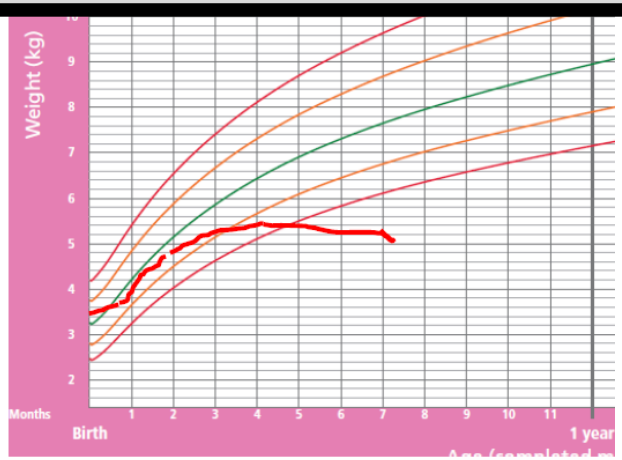
pierś + 2 x 125 ml zupa + 1 deserek

Zlecić badania

- jakie…

Wysłać do specjalisty

- gdzie..



Dziecko „niejadek”
od czego zacząć

Dobra porada dietetyczna

Zmienić sposób karmienia

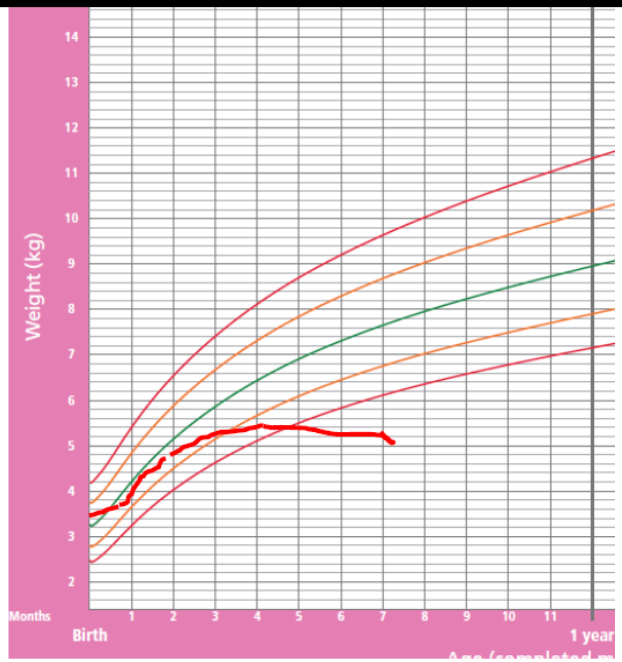
- dokarmiać… czym…

Zlecić badania

- jakie…

Wysłać do specjalisty

- gdzie..



Dziecko „niejadek”
od czego zacząć

Dobra porada dietetyczna
+600 g/2tyg.

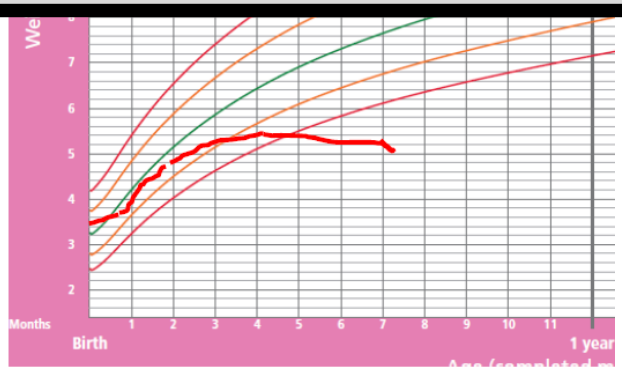
+ ocena układu morfologii + ferrytyna

Zlecić badania

- jakie…

Wysłać do specjalisty

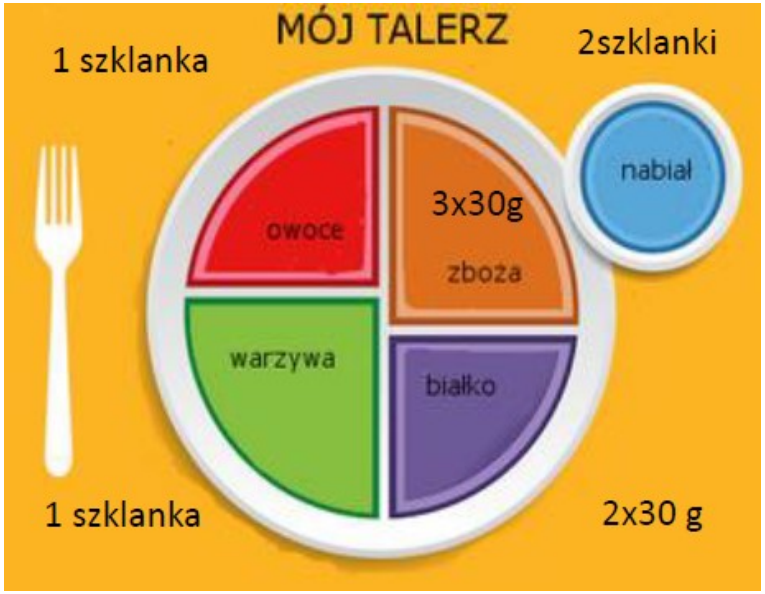
- gdzie..



„Dieta cud”

„WZMACNIACZE” DIETY

- **Olej** (np. z pestek winogron)
  1 łyżka=83 kcal
- **Doustne odżywki** wysokobiałkowe
  (np. Nutrini, Fresubin, Resource)
  1ml=1 kcal
- **Moduły diety**
  (np. Fantomalt)
  1łyżeczka=19 kcal
- **Kaszki „mlekozastępcze”**
  (np. Alerlac, Sinlac)
  1ml≈1 kcal



USDA ChooseMyPlate.gov
United States Department of Agriculture

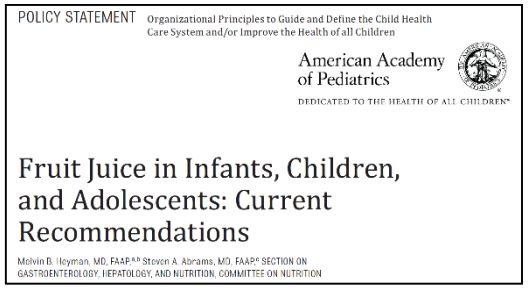
Cukry w diecie

Stanowisko ESPGHAN (2017)



ESPGHAN Committee on Nutrition JPGN 2017;65(6):681-696.

Soki owocowe
Aktualne (2017) stanowisko AAP


POLICY STATEMENT Organizational Principles to Guide and Define the Child Health Care System and/or Improve the Health of all Children

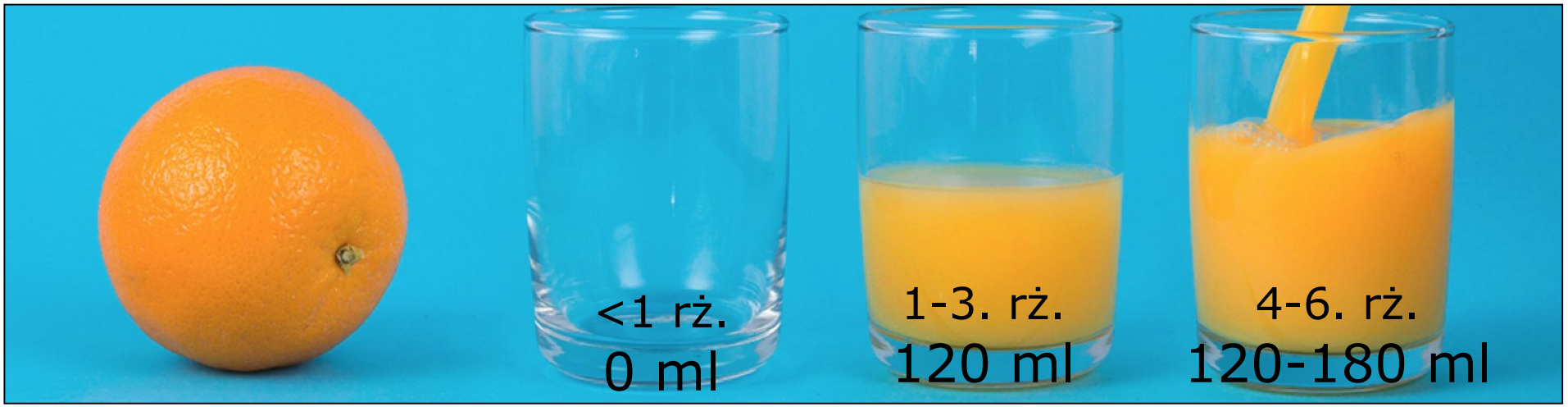
American Academy of Pediatrics

DEDICATED TO THE HEALTH OF ALL CHILDREN™

Fruit Juice in Infants, Children, and Adolescents: Current Recommendations

Melvin B. Heyman, MD, FAAP[a,b] Steven A. Abrams, MD, FAAP[c] SECTION ON GASTROENTEROLOGY, HEPATOLOGY, AND NUTRITION, COMMITTEE ON NUTRITION

- nie <12. mż.
- lepsze świeże owoce [warzywa]



Pediatrics. 2017;139(6):e20170967

Czy to dziecko ma problem?

Wywiad	▪ 5.letnia dziewczynka ▪ masa ur. 4005 g ▪ 1 rż karmiona piersią + Bebilon peti – zmiany skórne ▪ 3 rż. rozpoznano ANN, OAS – dieta bez owoców i warzyw
Dieta	▪ śniadanie bułka z serem żółtym (1 rodzaj) ▪ obiad – 2 rodzaje zup (rosół, pomidorowa) ▪ warzywa – 4 – brokuł, kukurydza, groszek, ogórek ▪ owoce – czasem melon ▪ mięso – kurczak, wołowina, łosoś
Badanie	▪ bez odchyleń

Co zaproponujesz w pierwszej kolejności?

Dziecko „niejadek” od czego zacząć

Obserwować
- **ma jeszcze czas…**

Zmienić dietę
- **SELEKTYWNOŚĆ**

Zlecić badania
- jakie…

Wysłać do specjalisty
- gdzie..

Dziecko „niejadek” od czego zacząć

Obserwować
- **ma jeszcze czas…**

Zmienić dietę
- **SELEKTYWNOŚĆ**

Zlecić badania
- jakie…

Wysłać do specjalisty
- gdzie..

Dziecko wybredne

- Spożywa <30 pokarmów
- Spożywa min. 1 pokarm każdej konsystencji
- Spożywa to samo każdego dnia
- Toleruje nowe pokarmy na swoim talerzu i jest gotowe do ich smakowania
- Gotowe do jedzenia nowych produktów - po wielokrotnej ekspozycji 15-25 razy

Dziecko z problemem

- Spożywa < 20 pokarmów
- Ograniczona różnorodność konsystencji i smaku
- Pokarmy odrzucone nie są ponownie wprowadzane
- Płacze i „grymasi", gdy prezentowane mu są nowe potrawy
- Nowe produkty udaje się czasem wprowadzić, ale ekspozycja > 25 razy

Trudności w karmieniu

Choroba

- Wcześniactwo
- Alergia na pokarmy
- GERD
- Biegunka, wymioty
- Problemy stomatologiczne
- Autyzm
- Zaburzenia neurologicze
- Zaparcie
- Anoreksja

Dieta

- Dieta eliminacyjna
  - złe rozpoznanie
  - zbyt rygorystyczna
- Źle zbilansowana
  - złe substytuty (np. mleko ryżowe)
  - nadmiar soków
  - nadmiar mleka

Czynniki behawioralne

- Neofobia
- Spadek łaknienia
- Trudności w karmieniu

- **JAKOŚĆ ŻYCIA**

„Niejadek” – cele leczenia

- **Identyfikacja problemu**

  regularne pomiary antropometryczne
- Identyfikacja przyczyn
- Analiza diety i zwyczajów żywieniowych dziecka
- Ocena rozwoju
- Ustalenie strategii diagnostyki i długofalowej opieki

W pierwszej kolejności....

- Ocena diety

  3.dniowy zapis

- Ocena zapotrzebowania

  niemowlę 100kcal/kg m.c.

  ↑↑↑ jeśli niedobory

- Alternatywne źródła kalorii
- Sposób podania

  doustnie vs sonda/PEG

DIETETYK

„By niejadek zjadł obiadek” mity

- **Terapia farmakologiczna**
  - Cyproheptadyna (Peritol)
  - suplementy diety

Omega 3

Witaminy

Probiotyki



„By niejadek zjadł obiadek”

Nutrition (Micronutrients) in Child Growth and Development: A Systematic Review on Current Evidence, Recommendations and Opportunities for Further Research

Mohammad Yawar Yakoob, MD, MS, DS,* Clifford W. Lo, MD, PhD†

**Aktualnie nie ma wiarygodnych danych,
że suplementacja diety
witaminami/mikroelementami wpływa korzystnie
na rozwój fizyczny dzieci i ich stan odżywienia.**

J Dev Behav Pediatr 2017

Główne problemy do rozwiązania

- Brak odpowiedniej postawy i rozpraszanie się podczas karmienia
- Odmowa przyjęcia posiłku lub płynu → śmieciowe przekąski
- Odmowa przyjmowania nowych konsystencji lub smaków
- Długi czas karmienia > 30 minut
- Trudność w żuciu, kaszel lub krztuszenie się podczas posiłków, przetrzymywanie pokarmu
- Posiłek przy stole, w krzesełku, z rodziną
- Ocena stanu odżywienia – wybór metod żywienia (sonda vs doustnie);
- Wyrównanie niedoborów
- Stały czas karmienia
- Wykluczyć przyczyny organiczne; zajęcia z behawiorystką

Dziękuję za uwagę