

Čo je PKU?

PKU je skratka pre názov dedičného metabolického ochorenia fenylektonúria, po anglicky **PhenylKetonUria**. Ide o zriedkavé dedičné ochorenie, s ktorým sa niektorí ľudia narodia. Ľudia s PKU nie sú chorí, ale potrebujú dodržiavať prísnu nízkobielkovinovú diétu a pravidelne užívať špeciálne preparáty.

Čo je fenylalanín?

Fenylalanín (skratka PHE) je aminokyselina. Aminokyseliny sú základným stavebným kameňom bielkovín. Ľuďom s PKU chýba enzým, ktorý dokáže spracovávať PHE, čo je pre telo nebezpečné.



Čo sa stane ak...?

PKU nie je alergia alebo intolerancia, ktorá vyvolá reakciu ihneď po konzumácii nesprávnych potravín. Nadmerný príjem potravín s vysokým obsahom bielkovín spôsobí hromadenie PHE v krvi človeka. Dlhodobá vysoká hladina PHE v krvi PKU dieťaťa spôsobí nenávratné poškodenie mozgu, v prípade dospelých a dospelých spôsobí nesústredenie alebo aj nervozitu.

Vysoká hladina PHE v krvi môže spôsobiť...

- Zníženie pozornosti a sústredenia
- Problémy so správaním
- Poruchy učenia
- Úzkosť
- Celkovú únavu a menej energie
- A ďalšie symptómy...

PKU preparáty a nízkobielkovinové potraviny pomáhajú vašim vnúčatám dodržiavať nastavený diétny režim. Všetko, čo môžete vyrobiť, je poskytnúť im jedlo uvarené z nízkobielkovinových potravín a dohliadať na to, aby pravidelne užívali preparáty, ktoré im predpísal lekár.

Čo je to nízkobielkovinová diéta?

Ak chcete obmedziť množstvo PHE, ktoré vaše vnúča zje, musí dodržiavať diétu s nízkym obsahom bielkovín. PKU diéta väčšinou pozostáva z ovocia, zeleniny a špeciálnych nízkobielkovinových potravín. Vaše vnúča sa musí vyhýbať potravinám s vysokým obsahom bielkovín, ako je mäso, hydina, ryby, vajcia, orechy, semená, arašidové maslo, mlieko, jogurt, syr a iné mliečne výrobky. Bežný chlieb, cestoviny, ryža a obilniny tiež obsahujú plnohodnotné bielkoviny a zvyčajne nie sú povolené.

Osoby s PKU musia užívať špeciálne preparáty, ktoré dodajú telu nevyhnutné množstvo bielkovín.



PKU diéta musí byť u PKU pacientov nastavená ihneď po narodení a musí pretrvávajúť počas celého života pacienta.

Dostupné na svetpku.sk

Milupa PKU 2 PRIMA je potravina na osobitné lekárske účely určená na diétny režim pri fenylketonúrii (PKU) a hyperfenylalaninémii (HPA) u detí od 1 roku veku. Obsahuje zmes aminokyselín bez fenylalanínu s vitamínmi, minerálnymi látkami a stopovými prvkami vo forme prášku.

Milupa PKU 3 ADVANTA je potravina na osobitné lekárske účely určená na diétny režim pri fenylketonúrii (PKU) a hyperfenylalaninémii (HPA) u dospelých od 15 rokov veku a dospelých.

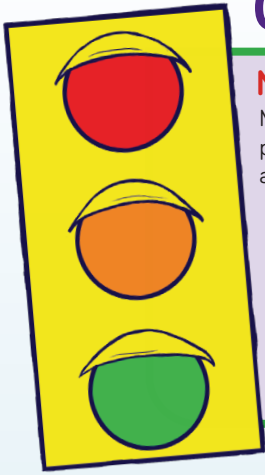
PKU Anamix Junior je potravina na osobitné lekárske účely určená na diétny režim pri fenylketonúrii a hyperfenylalaninémii u detí vo veku od 1 do 10 rokov veku. Zmes esenciálnych a neesenciálnych aminokyselín bez fenylalanínu, prášok na prípravu nápoja, so sacharidmi, tukmi (vrátane kyseliny dokozahexaénovej (DHA)), vitamínmi, minerálnymi látkami, stopovými prvkami a vlákninou.

Lophlex je potravina na osobitné lekárske účely na diétny režim pri preukázanej fenylketonúrii (PKU) u detí od 8 rokov a dospelých, vrátane tehotných žien (v spojení so štandardným príjmom kyseliny listovej). Prášok na báze aminokyselín bez fenylalanínu obsahujúci vyváženú zmes esenciálnych a neesenciálnych aminokyselín, vitamínov, stopových prvkov a niektorých minerálnych látok.

PKU Lophlex LQ 20 a PKU Lophlex Select je potravina na osobitné lekárske účely. Obsahuje kyselinu dokozahexaénovú (DHA). Určená na diétny režim pri fenylketonúrii (PKU) a hyperfenylalaninémii (HPA) u detí od 4 rokov a dospelých vrátane žien (v spojení so štandardnou suplementáciou kyseliny listovej). Ide o tekutú formu PKU prípravku na báze aminokyselín bez fenylalanínu s obsahom vitamínov, minerálnych látok a stopových prvkov.

Užívanie všetkých uvedených prípravkov musí prebiehať pod dohľadom lekára. Viac informácií na obaloch výrobkov. 09/2024. BF313471

Čo môžem pripraviť pre moje vnúča?*



NIE JE POVOLENÉ

Mäso, ryby, vajcia, oriešky, arašidové maslo, semiačka, chlieb, cestoviny, ryža, obilniny, fazuľa, mlieko, jogurty (a iné mliečne produkty), potraviny a nápoje obsahujúce sladidlo aspartám (napr. aj cukríky a rôzne sladené nápoje), diétne nápoje a niektoré lieky.

POVOLENÉ V OBMEDZENOM MNOŽSTVE

Ovocné džúsy, ryžový nápoj, maslo, zelenina obsahujúca škrob ako hrášok, kukurica alebo zemiaky.

POVOLENÉ POTRAVINY S NÍZKYM OBSAHOM BIELKOVÍN

Špeciálne nízkobielkovinové potraviny ako napríklad nízkobielkovinový chlieb, cestoviny alebo rôzne zmesi na pečenie, rôzne druhy ovocia a zeleniny, bezmliečny margarín alebo aj oleje používané na varenie.

*Toto nie je kompletný zoznam povolených a zakázaných potravín. Konzumáciu potravín vždy konzultujte s nutričným terapeutom alebo lekárom dieťaťa.

Pečte s vaším vnúčaťom
nízkobielkovinové pochúťky!



Vyhýbajte sa sladidlu ASPARTÁM

Niektoré potraviny, žuvačky, niektoré lieky, sladkosti, diétne nápoje obsahujú umelé sladidlo aspartám, ktorý je pre PKU ľudí zakázanou zložkou. Aspartám obsahuje vysoké hladiny fenylalanínu a je škodlivý pre všetkých PKU pacientov.

VŽDY POZORNE ČÍTAJTE ZLOŽENIE KAŽDEJ POTRAVINY A VYHÝBAJTE SA ZLOŽKE ASPARTÁM!

Tento informačný materiál nie je určený na to, aby nahradil odbornú lekársku pomoc, pred vykonaním akýchkoľvek zmien v liečbe PKU dieťaťa sa vždy poraďte s lekárom dieťaťa.

Nutricia Metabolics ponúka rad produktov, ktoré sú potraviny na osobitné lekárske účely určené na diétny režim pri preukázanej fenylketonúrii (PKU). Musia sa používať pod lekárske dohľadom.

Čo môžem urobiť?

PODPORIŤ rodičov vášho vnúčaťa v hľadaní spôsobov a informácií, ako dieťa monitorovať a naučiť, že PKU dieťa je pre neho dôležité.

REŠPEKTOVAŤ požiadavky rodičov a dodržiavať nízkobielkovinové diétu vášho vnúčaťa.

UČIŤ SA variť a piecť z nízkobielkovinových potravín. Je mnoho možností, ako sa naučiť piecť a variť špeciálne pre vaše PKU vnúča. Vaše vnúča vás bude ľúbiť a bude k vám neustále rado chodiť, pokiaľ sa bude môcť u vás spokojne a bez problémov najesť a dať si niečo, čo mu urobíte len vy.

Zapamätajte si:

- ✓ Vždy podporujte u dieťaťa dodržiavanie diéty. Vyhýbajte sa vete "Veď to len ochutnaj.", pretože môže u dieťaťa vyvolať pocit, že nedodržiavanie diéty je v poriadku.
- ✓ Vaše vnúča nie je choré alebo iné od jeho rovesníkov. Jediný rozdiel je v tom, že potrebuje užívať špeciálne preparáty a dodržiavať striktnú nízkobielkovinovú diétu.
- ✓ Nie je to vaša chyba! PKU je genetická porucha a nie je to nikoho vina. Vždy, keď sa nájdú dvaja ľudia, ktorí nosia PKU gén, a majú dieťa, tak je 25% (1 zo 4) šanca, že sa u neho prejaví PKU ochorenie.