

---

# Spis treści

---

## Wprowadzenie

### **Padaczka i jej leczenie**

- Napady padaczkowe

  - Napady pierwotnie uogólnione

  - Napady ogniskowe (częściowe)

- Przyczyny padaczki u dzieci

- Leczenie chorych na padaczkę

### **Czym jest dieta ketogenna?**

### **Historia diety ketogennej**

### **Skuteczność diety ketogennej**

### **Mechanizm działania diety ketogennej**

### **U kogo można stosować dietę ketogenną? – wskazania**

### **Kto nie może być leczony dietą ketogenną? – przeciwwskazania**

### **Przygotowanie do diety ketogennej – kwalifikacja pacjentów, konieczne badania**

- Etapy kwalifikacji do diety ketogennej

  - Dokładny wywiad

  - Ocena stanu przedmiotowego dziecka

  - Ocena stanu metabolicznego dziecka

  - Badania dodatkowe

### **Wyliczanie diety ketogennej**

- Przykłady obliczania diety ketogennej

### **Planowanie posiłków w diecie ketogennej**

### **Gotowe preparaty stosowane w diecie ketogennej**

## **Suplementacja w diecie ketogennej**

### **Wprowadzanie diety ketogennej – czy pobyt w szpitalu jest konieczny?**

W szpitalu czy ambulatoryjnie?

Głodówka czy bez głodówki?

Wprowadzanie posiłków – w jaki sposób?

Schemat wprowadzania diety

Badania w trakcie wprowadzania diety

Działania niepożądane i ich zwalczanie

Hipoglikemia

Nadmierna ketoza

Nudności i wymioty

Senność

Zaburzenia neurologiczne

Zespół prowadzący leczenie

Neurolog dziecięcy

Dietetyk przeszkolony w zasadach działania diety ketogennej

Pielęgniarka z doświadczeniem w prowadzeniu dzieci chorych na padaczkę,  
przeszkolona w zasadach działania diety ketogennej

Pracownik socjalny

### **Edukacja rodziców – czego o diecie ketogennej dowiadują się rodzice, w czasie gdy ich dziecko jest w szpitalu?**

### **Powrót do domu – okres dostosowywania diety ketogennej (fine tuning)**

Dostosowywanie zapotrzebowania kalorycznego

Utrata wagi

Przyrost wagi

Dostosowywanie proporcji ketogenicznej

Dostosowywanie planu posiłków

Dostosowywanie rodzaju posiłków

Dostosowywanie stężenia ketozy

Słabe ketony w moczu

Nadmierna ketoza

Leki – dostosowywanie dawek

Inne problemy

Głód

Niechęć do jedzenia i picia

Choroba

Trudności psychologiczne

Badania kontrolne w okresie dostosowywania diety ketogennej

Podsumowanie okresu dostosowania – co dalej z dietą?

### **Stosujemy dietę ketogenną – kontynuacja leczenia**

Odstawianie leków

Badania kontrolne

Codziennie życie na diecie ketogennej

Łatwiejsze zakupy

Ułatwienia w przygotowywaniu posiłków

Urozmaicanie posiłków

Posiłki na specjalne okazje

Jedzenie poza domem

Zaangażowanie wszystkich członków rodziny

Postępowanie w czasie ostrej choroby

Gorączka

Wymioty i biegunka

Drgawki

Poważna choroba: operacja, znieczulenie

Podsumowanie

### **Jak długo stosuje się dietę ketogenną i w jaki sposób kończy się leczenie?**

#### **Dieta ketogenna u dzieci w poszczególnych przedziałach wiekowych**

Stosowanie diety ketogennej u niemowląt i dzieci do 2. roku życia

Leczenie dietą ketogenną dzieci w wieku 2–12 lat

Dieta ketogenna u młodzieży

#### **Jakie problemy mogą wystąpić u dziecka w trakcie przyjmowania diety ketogennej? – możliwe działania niepożądane**

Najczęstsze problemy we wczesnym okresie leczenia dietą ketogeniczną

Hipoglikemia

Kwasica (zwiększona ilość kwaśnych produktów przemiany materii we krwi)  
spowodowana nadmierną ketozą

Odwodnienie

Zaburzenia żołądkowo-jelitowe (nudności, wymioty, bóle brzucha, rzadziej biegunka)

Senność

Odmowa jedzenia

Hipokalcemia, hipomagnezemia, zwiększone stężenie kwasu moczowego

Problemy, które mogą wystąpić po pewnym czasie leczenia

Zaparcia

Kamica nerkowa

Nieprawidłowy profil lipidowy

Niedobór karnityny

Utrata wagi

Problemy mogące wystąpić po dłuższym czasie (po kilku latach) stosowania diety ketogennej

Zaburzenia wzrastania

Demineralizacja i łamliwość kości

Zwiększona skłonność do powstawania sińców na skórze, większa podatność na infekcje, zapalenie wątroby

Problemy występujące sporadycznie

### **Podawanie leków w trakcie stosowania diety ketogennej**

Łączne stosowanie leków przeciwpadaczkowych i diety ketogennej

Wycofywanie leków przeciwpadaczkowych

### **A co, jeśli znowu wystąpią napady? Nawrót napadów po okresie ich dobrej kontroli**

### **Ograniczenia diety ketogennej – nie zawsze jest łatwo**

### **Odmiany diety ketogennej**

Dieta MCT

Modyfikowana dieta Atkinsa

Skuteczność diety

Mechanizm działania diety

Wskazania do stosowania diety

Działania niepożądane obserwowane w trakcie stosowania diety

Zasady prowadzenia leczenia

Jaka jest przyszłość modyfikowanej diety Atkinsa?

Ograniczenia modyfikowanej diety Atkinsa

Porównanie klasycznej diety ketogennej i modyfikowanej diety Atkinsa

Dieta z niskim indeksem glikemicznym

**Inne niż padaczka choroby, w których dieta ketogenna może przynieść korzyść**

**Przygotowywanie posiłków i przykładowe przepisy w diecie ketogennej**

Przykładowe przepisy w diecie ketogennej – *Celina Kempa*

**Przygotowywanie posiłków i przykładowe przepisy w modyfikowanej diecie Atkinsa**

Przykładowe jadłospisy w modyfikowanej diecie Atkinsa – *Celina Kempa*

**Jaka jest przyszłość diety ketogennej?**

**Podsumowanie**

**Pytania i odpowiedzi**

**Podziękowania**

**Ważne adresy**

Ośrodki w Polsce prowadzące leczenie dietą ketogenną

Przydatne strony internetowe

**Piśmiennictwo**

**Załączniki**

**Słowniczek**