

SPIS TREŚCI

Przedmowa honorowa	V
Przedmowa redaktorów naukowych	VII
I Schemat postępowania w opiece dietetycznej pacjentów z chorobą nowotworową	
I.1 Ocena sposobu żywienia – Dariusz Włodarek	3
Metody jakościowe oceny sposobu żywienia	4
Metoda badania częstotliwości spożycia	5
Metoda bieżącego notowania	6
Metoda wywiadu o spożyciu w ciągu ostatnich 24 godzin	7
I.2 Ocena stanu odżywienia – Andrzej W. Szawłowski	11
Podsumowanie	16
I.3 Ocena stanu zdrowia i jakości życia – Danuta Gajewska	19
Definicja jakości życia	19
Metody oceny jakości życia	22
I.4 Ustalenie zapotrzebowania energetycznego – Ewa Lange	25
I.5 Ustalenie zapotrzebowania na makro- i mikroskładniki diety – Dariusz Włodarek	35
Makroskładniki	36
Białko	36
Normy na białko dla dorosłych osób zdrowych	38
Tłuszcze	38
Węglowodany	41
Mikroskładniki	42
Podsumowanie	46

I.6	Analiza stężeń i ustalenie podaży pierwiastków śladowych w profilaktyce i leczeniu nowotworów – Jan Lubiński, Marcin Lener, Wojciech Marciniak, Róża Derkacz, Piotr Baszuk, Marta Bryskiewicz, Anna Jakubowska, Emilia Rogoża-Janiszewska, Karolina Malińska, Sandra Pietrzak, Katarzyna Białkowska, Jakub Lubiński, Ewa Jaworowska, Józef Kładny, Tomasz Grodzki, Janusz Wójcik, Małgorzata Wojtyś, Anna Wiechowska-Kozłowska, Magdalena Kuświk, Antoni Morawski, Michał Falco, Marek Szwiec, Piotr Waloszczyk, Rodney John Scott, Steven Alexander Narod, Tadeusz Dębniak, Cezary Cybulski, Tomasz Huzarski, Jacek Gronwald	49
	Ocena ryzyka nowotworów złośliwych	50
	Kobiety bez wykrytej mutacji w genie <i>BRCA1</i>	50
	Kobiety z wykrytą mutacją w genie <i>BRCA1</i>	52
	Mężczyźni	53
	Przeżycia chorych z nowotworami złośliwymi	54
	Rak piersi	54
	Rak prostaty	55
	Rak krtani	56
	Rak płuca	57
	Rak trzustki	58
	Czerniak złośliwy	59
	Techniki analityczne	59
	Oznaczenie stężenia pierwiastków	59
	Genotypowanie	59
	Wyniki	60
	Selen	60
	Ocena ryzyka nowotworów złośliwych	60
	Długość okresu przeżycia chorych z nowotworami	63
	Uwagi dietetyczne i podsumowanie	66
	Arsen	68
	Ocena ryzyka nowotworów złośliwych	68
	Przeżycia chorych z rakami	70
	Uwagi dietetyczne i podsumowanie	71
	Kadm	72
	Ocena ryzyka nowotworów złośliwych	72
	Uwagi dietetyczne i podsumowanie	74
	Cynk	74
	Ocena ryzyka nowotworów złośliwych	75
	Długość okresu przeżycia chorych z rakami	77
	Uwagi dietetyczne i podsumowanie	79
	Miedź	80

	Ocena ryzyka nowotworów złośliwych	80
	Przeżycie chorych z rakami	81
	Uwagi dietetyczne i podsumowanie	82
	Ołów	83
	Ocena ryzyka nowotworów złośliwych	83
	Uwagi dietetyczne i podsumowanie	84
	Mangan	85
	Przeżycie chorych z nowotworami złośliwymi	85
	Uwagi dietetyczne i podsumowanie	86
	Chrom	86
	Przeżycie chorych z nowotworami złośliwymi	87
	Uwagi dietetyczne i podsumowanie	88
	Normy stężeń pierwiastków śladowych	88
	Podsumowanie	91
I.7	Zasady prawidłowego żywienia i układania jadłospisów	
	– <i>Kinga Biernacka-Stefańska</i>	95
I.8	Indywidualizacja żywienia chorych na nowotwory – <i>Danuta Gajewska</i>	103
	Dieta w chorobie nowotworowej	104
	Spersonalizowane żywienie	105
	Współczesny model opieki żywieniowej	108
I.9	Edukacja żywieniowa pacjenta z chorobą nowotworową	
	oraz jego opiekuna – <i>Aleksandra Ulatowska</i>	111
	Skuteczność edukacji żywieniowej u osób z nowotworami	112
	Edukacja rodziny lub opiekunów pozarodzinnych osoby chorej	113
	Planowanie edukacji żywieniowej	114
	Cele edukacji żywieniowej	115
	Metody edukacji	116
I.10	Modyfikacje dietetyczne zależne od lokalizacji nowotworu	121
	Nowotwory przełyku – <i>Dariusz Włodarek</i>	121
	Nowotwory żołądka, dwunastnicy i jelita cienkiego – <i>Ewa Lange</i>	127
	Profilaktyka	128
	Znaczenie czynników żywieniowych w zmniejszaniu	
	ryzyka zachorowania	129
	Znaczenie czynników żywieniowych w zwiększaniu	
	ryzyka zachorowania	130
	Dietoterapia	133

Nowotwory jelita grubego – <i>Dariusz Włodarek</i>	142
Podsumowanie	149
Nowotwory wątroby i trzustki – <i>Kinga Biernacka-Stefańska</i>	150
Nowotwory wątroby	150
Profilaktyka	151
Żywienie osób z rakiem wątroby	154
Nowotwory trzustki	155
Profilaktyka	156
Żywienie osób z rakiem trzustki	157
Nowotwory piersi – <i>Ewa Lange</i>	159
Dietoprofilaktyka	160
Znaczenie czynników żywieniowych w zmniejszeniu ryzyka zachorowania na raka piersi	160
Znaczenie czynników żywieniowych w zwiększaniu ryzyka zachorowania na raka piersi	163
Dietoterapia	165
Nowotwory prostaty i jąder – <i>Dariusz Włodarek</i>	180
Nowotwory prostaty	180
Nowotwory jąder	187
Nowotwory nerek – <i>Danuta Gajewska</i>	188
Profilaktyka raka nerki	191
Znaczenie czynników żywieniowych w zmniejszeniu ryzyka zachorowania	192
Znaczenie czynników żywieniowych w zwiększaniu ryzyka powstania nowotworów nerki	194
Żywienie chorych z rakiem nerki	195
Nowotwory pęcherza moczowego – <i>Danuta Gajewska</i>	208
Profilaktyka	210
Znaczenie czynników żywieniowych w zmniejszeniu ryzyka zachorowania	210
Warzywa i owoce	211
Żurawina	212
Podaż płynów	212
Produkty mleczne	213
Spożycie herbaty	213
Mikroskładniki	214
Znaczenie czynników żywieniowych w zwiększaniu ryzyka raka pęcherza moczowego	214
Spożycie wody skażonej arsenem	214
Spożycie kawy	215

Spożycie żywności skażonej kadmem	215
Spożycie alkoholu	216
Spożycie mięsa i przetworów mięsnych	216
Ilość i jakość tłuszczu	216
Żywienie osób z nowotworem pęcherza moczowego	217
Nowotwory płuc – <i>Ewa Lange</i>	222
Profilaktyka	222
Znaczenie czynników żywieniowych w zmniejszeniu	
ryzyka zachorowania	223
Znaczenie czynników żywieniowych w zwiększaniu ryzyka	226
Dietoterapia	230
Nowotwory tarczycy – <i>Anna Lewitt</i>	237
Profilaktyka raka tarczycy	239
Czynniki dietetyczne modyfikujące ryzyko wystąpienia	
raka tarczycy	239
Choroby jako zespół czynników ryzyka i zaburzenia metaboliczne	
a ryzyko powstania raka tarczycy	248
Dietoprofilaktyka raka tarczycy	249
Modyfikacja diety w niedoczynności tarczycy jako profilaktyka	
raka tarczycy	261
Zalecenia żywieniowe w chorobie Hashimoto	264
Podsumowanie	265
Odżywianie osób z rakiem tarczycy	269
Dietoterapia raka tarczycy	271
Nowotwory ośrodkowego układu nerwowego – <i>Dariusz Włodarek</i>	283
Nowotwory systemowe – <i>Dariusz Włodarek</i>	286
Białaczki	286
Profilaktyka	286
Chłoniaki	288
Profilaktyka	288
I.11 Modyfikacje dietetyczne zależne od objawów towarzyszących	
 rozwojowi choroby nowotworowej	291
Zmęczenie – <i>Ewa Lange</i>	291
Zmęczenie – przyczyny i objawy towarzyszące	291
Ocena i terapia zmęczenia	295
Dietoterapia zmęczenia	296
Podsumowanie	300
Zaburzenia odczuwania smaku i brak apetytu – <i>Magdalena Jodkiewicz</i>	304
Zaburzenia odczuwania smaku i brak apetytu – przyczyny i leczenie	304

Dietoterapia stosowana przy zaburzeniach odczuwania smaku i braku apetytu	305
Uczucie wczesnej sytości – <i>Magdalena Jodkiewicz</i>	307
Przyczyny i leczenie uczucia wczesnej sytości	307
Dietoterapia uczucia wczesnej sytości	308
Nudności i wymioty – <i>Magdalena Jodkiewicz</i>	310
Nudności i wymioty – przyczyny i podział	310
Nudności i wymioty – leczenie	311
Nudności i wymioty – dietoterapia	311
Zapalenie jamy ustnej i przełyku – <i>Magdalena Jodkiewicz</i>	314
Zapalenie jamy ustnej i przełyku – czynniki ryzyka i zalecenia ogólne	314
Zapalenie jamy ustnej i przełyku – klasyfikacja	315
Zapalenie jamy ustnej i przełyku – zalecenia żywieniowe	316
Zapalenie błony śluzowej żołądka – <i>Magdalena Jodkiewicz</i>	318
Zapalenie błony śluzowej żołądka – czynniki ryzyka i etiopatogeneza	318
Zapalenie błony śluzowej żołądka – zalecenia dietetyczne	319
Biegunki – <i>Magdalena Jodkiewicz</i>	321
Biegunki – przyczyny i podział	321
Biegunki – leczenie i zalecenia dietetyczne	322
Zaparcia – <i>Magdalena Jodkiewicz</i>	324
Zaparcia – przyczyny i postępowanie	324
Zaparcia – zalecenia dietetyczne	325
Niedokrwistość – <i>Dariusz Włodarek</i>	327
Żelazo	329
Witamina B ₁₂	330
Foliany (kwas foliowy lub folacyna)	331
Dieta	332
Zaburzenia gospodarki lipidowej i węglowodanowej – <i>Ewa Lange</i>	334
Wpływ terapii na gospodarkę lipidową i węglowodanową	334
Zalecenia żywieniowe	339

I.12 Modyfikacje dietetyczne wynikające ze sposobu leczenia przeciwnowotworowego, występujących objawów ubocznych tych terapii i fazy rozwoju nowotworu

Żywienie pacjentów ze stomią – <i>Kinga Biernacka-Stefańska</i>	347
Zalecenia dietetyczne dla osób ze stomią	348
Podstawowe zalecenia	348
Zalecenia w ileostomii	348
Powikłania występujące u osób ze stomią	350
Zaparcia	350

Biegunka	351
Gazy	352
Żywnienie w trakcie chemio- i radioterapii – <i>Magdalena Jodkiewicz</i>	353
Żywnienie w anoreksji i niedożywieniu – <i>Danuta Gajewska</i>	357
Zalecenia dietetyczne dla pacjentów onkologicznych z jadłowstrętem i/lub utratą apetytu	358
Żywnienie pacjentów niedożywionych	361
Konsekwencje niedożywienia	364
Zalecenia dietetyczne dla pacjentów niedożywionych	365
Energetyczność diety i podaż białka	367
Proporcje węglowodany – tłuszcze	368
Wielonienasycone kwasy tłuszczowe z rodziny omega-3	368
Modyfikacje dietetyczne zalecane w profilaktyce i leczeniu niedożywienia u pacjentów onkologicznych	369
Żywnienie w terminalnej fazie choroby nowotworowej – <i>Magdalena Jodkiewicz</i>	371

II Wsparcie żywieniowe leczenia przeciwnowotworowego

II.1 Suplementacja i możliwości zastosowania roślin leczniczych w dietoterapii chorób nowotworowych – <i>Ewa Lange</i>	377
Możliwości wykorzystania suplementacji we wspomaganium dietoterapii chorób nowotworowych	379
Przykłady roślin leczniczych mogących znaleźć zastosowanie we wspomaganium leczenia przeciwnowotworowego	385
Przykłady roślin leczniczych mogących znaleźć zastosowanie we wspomaganium dietoterapii u osób leczonych przeciwnowotworowo	387
II.2 Zastosowanie preparatów do leczenia żywieniowego w dietoterapii chorób nowotworowych – <i>Ewa Lange</i>	409
II.3 Żywnienie wspomagające odporność w dietoterapii chorób nowotworowych – <i>Jacek Wilczak</i>	435
Glutamina	436
Arginina	448
Wielonienasycone kwasy tłuszczowe n-3	450
Probiotyki, prebiotyki i postbiotyki	452
Beta-glukany	454
Podsumowanie	458

III	Zalecenia żywieniowe w dietoprofilaktyce wtórnej chorób nowotworowych	
III.1	Zalecenia żywieniowe w dietoprofilaktyce wtórnej chorób nowotworowych – <i>Dariusz Włodarek</i>	463
IV	Przykładowe racje pokarmowe dla wybranych modyfikacji dietetycznych	
IV.1	Dieta łatwostrawna – <i>Kinga Biernacka-Stefańska</i>	477
	Przykładowe jadłospisy diety lekkostrawnej	478
IV.2	Dieta o zmniejszonym udziale tłuszczu	489
	Zasady diety o zmniejszonym udziale tłuszczu	490
	Przykładowe jadłospisy do wykorzystania w diecie o zmniejszonym udziale tłuszczu	491
IV.3	Dieta bezmleczna – <i>Kinga Biernacka-Stefańska</i>	503
	Przykładowe jadłospisy, które mają zastosowanie w diecie bezmlecznej	505
IV.4	Dieta o zwiększonym udziale białka – <i>Kinga Biernacka-Stefańska</i>	517
	Zasady diety wysokobiałkowej	518
	Przykładowe jadłospisy w diecie o zwiększonym udziale białka	519
V	Fakty i mity żywieniowe	
VI	Fakty i mity żywieniowe – <i>Anna Lewitt</i>	533
	Znaczenie rzetelnych informacji w procesie terapeutycznym	533
	Wiarygodne źródła informacji dla pacjentów na temat leczenia, żywienia w trakcie terapii i dietoprofilaktyki chorób nowotworowych	535
	Profesjonalne poradnictwo dietetyczne	536
	Fakty i mity żywieniowe	538
	Przegląd wybranych diet alternatywnych	560