

Dieta u dětí

Udržení **nízké hladiny fenylalaninu** v krvi je nejdůležitější pro novorozence a malé děti (zhruba do deseti let). V raném věku se odehrává nejbouřlivější rozvoj mozku a jeho funkcí a zvýšené hladiny fenylalaninu mohou mozek nenapravitelně poškodit. V současné době je péče o děti s **fenylketonurií** na dobré úrovni a jejich dieta je dobře propracována, takže při úzké spolupráci rodičů a lékaře nebývá problém udržet hladinu fenylalaninu u dítěte v normálních mezích a zajistit mu tak podmínky pro optimální vývoj.

Novorozenec a PKU

Mateřské mléko obsahuje poměrně velké množství bílkovin, tedy i fenylalaninu, a dítě s fenylketonurií může být proto kojeno jen v omezené míře. Aby však netrpělo nedostatkem bílkovin, které potřebuje ke svému zdárnému vývoji a růstu, bude od malička přijímat speciální bílkovinou stravu zbavenou nežádoucího fenylalaninu. Kromě toho existují pro děti s fenylketonurií také přípravky nahrazující mastné kyseliny mateřského mléka. Vitaminy a stopové prvky jsou v dostatečné míře obsaženy i v malém množství mateřského mléka, které může dítě přijímat od matky.

Optimální strava starších dětí

Také starší děti od pátého měsíce věku mohou přijímat přirozené bílkoviny jen podle svojí individuální tolerance fenylalaninu a při jejich krmení je třeba se řídit na míru šitým jídelníčkem. Tento jídelníček obdrží rodiče v metabolickém centru, kam budou také s dítětem pravidelně docházet kvůli kontrole hladiny fenylalaninu v krvi. Kromě mléka dostávají starší děti již také zeleninu, ovoce, rýži nebo brambory společně s dostatečným množstvím speciální bílkovinné stravy bez fenylalaninu.

Zdroj: www.PKU-dieta.cz