

Diéta u detí

Udržanie **nízkej hladiny fenylalanínu** v krvi je najdôležitejšie pre novorodencov a malé deti (zhruba do desiatich rokov). V ranom veku sa odohráva najbúrlivejší rozvoj mozgu a jeho funkcií a zvýšené hladiny fenylalanínu môžu mozog nenapraviteľne poškodiť. V súčasnosti je starostlivosť o deti s **fenylketonúriou** na dobrej úrovni a ich diéta je dobre prepracovaná, takže pri úzkej spolupráci rodičov a lekára nebýva problém udržať hladinu fenylalanínu u dieťaťa v normálnych medziach a zaistiť mu tak podmienky pre optimálny vývoj.

Novorodenec a PKU

Materské mlieko obsahuje pomerne veľké množstvo bielkovín, teda aj fenylalanínu, a dieťa s fenylketonúriou môže byť preto dojčené len v obmedzenej miere. Aby však netrpelo nedostatkom bielkovín, ktoré potrebuje pre svoj zdravý vývoj a rast, bude od malička prijímať špeciálnu bielkovinovú stravu zbavenú nežiaduceho fenylalanínu. Okrem toho existujú pre deti s fenylketonúriou aj prípravky nahradzujúce mastné kyseliny materského mlieka. Vitamíny a stopové prvky sú v dostatočnej miere obsiahnuté aj v malom množstve materského mlieka, ktoré môže dieťa prijímať od matky.

Optimálna strava starších detí

Aj staršie deti od piateho mesiaca veku môžu prijímať prirodzené bielkoviny len podľa svojej individuálnej **tolerancie fenylalanínu** a pri ich kŕmení je potrebné sa riadiť na mieru šitým jedálnym lístkom. Tento jedálny lístok dostanú rodičia v metabolickom centre, kam budú tiež s dieťaťom pravidelne dochádzať pre kontrolu hladiny fenylalanínu v krvi. Okrem mlieka dostávajú staršie deti už aj zeleninu, ovocie, ryžu alebo zemiaky spolu s dostatočným množstvom špeciálnej bielkovinovej stravy bez fenylalanínu.

Zdroj: www.PKU-dieta.sk