

# Užití diet s nízkým obsahem FODMAP v pediatrii

**MUDr. Pavel Frühauf, CSc.**

Klinika pediatrie a dědičných poruch metabolismu, 1. LF UK a VFN Praha

Vyloučení oligo-, monosacharidů a polyolů (FODMAP) z diety je v současné době stále více doporučováno dětem s gastrointestinálními obtížemi. Je však nedostatek důkazů pro užití při funkčních obtížích, neceliakální glutenové senzitivě, nespecifických střevních zánětech nebo bakteriálním přerůstání u dětí.

**Klíčová slova:** FODMAP, děti.

## Use of low-FODMAP diet in pediatrics

Excluding oligo-, di-, monosaccharides and polyols (FODMAP) from the diet is increasingly being used to treat children with gastrointestinal complaints. There is insufficient evidence to routinely recommend the use of the low-FODMAP diet to treat functional gastrointestinal disorders, non-celiac gluten sensitivity, inflammatory bowel diseases or small-intestinal bacterial overgrowth in children.

**Key words:** FODMAP, children.

## Úvod

Hypotéza, podle které se dieta s nízkým obsahem FODMAP používá jako možná terapeutická alternativa, spočívá v tom, že špatně absorbované sacharidy se dostanou do tlustého střeva nestrávené, kde jsou fermentovány mikrobiální flórou, což vede k vyšší osmolaritě a tvorbě plynu. Tato fermentace může vést k příznakům, jako je bolest břicha, plynatost, nadýmání a průjem, běžné u funkčních gastrointestinálních poruch (FIGD). FODMAP se nacházejí v mnoha běžných potravinách, zejména v potravinách považovaných za zdravé, jako je ovoce, zelenina a luštěniny (Tabulka 1) (1). Klinické zkušenosti naznačují, že mezi subjekty existuje velká variabilita v tom, kolik a které FODMAP jsou tolerovány. Kromě toho se individuální tolerance může v průběhu času měnit, což komplikuje stanovení dietních doporučení. U dospělé populace existuje stále více důkazů o účinku diety s nízkým obsahem FODMAP při snižování symptomů u pacientů se syndromem dráždivého tračníku (IBS) (2).

## Studie u dětí

Z 53 publikací a registrů týkajících se dětské populace bylo zhodnoceno 7 použitelných studií: 4 randomizované klinické studie (3, 4, 5, 6) a 3 intervence (7, 8, 9) bez kontrolní skupiny nebo observačních studie) – všechny týkající se funkčních poruch bolesti břicha. Důkazy týkající se účinnosti stravy s nízkým obsahem FODMAP při léčbě FGID u dětí jsou v současné době nedostatečné. Nebyly nalezeny žádné pediatrické studie týkající se neceliakální glutenové senzitivity (NCGS), bakteriálního přerůstání tenkého střeva (SIBO) nebo zánětlivého onemocnění střev (IBD). Celkově ze všech studií pouze 111 dětí bylo intervenováno dietou s nízkým obsahem FODMAP. Dostupné důkazy o účinnosti stravy s nízkým obsahem FODMAP u pediatrických poruch jsou vzácné. Snižování bolestivých epizod a frekvence bylo popsáno u malých vzorků dětí s dráždivým tračníkem. Ve srovnání s obvyklou dětskou výživou však nebyly zjištěny žádné významné rozdíly.

## Rizika FODMAP

Dietologem kontrolovaná dieta s nízkým obsahem FODMAP významně neohrožuje příjem živin, a to navzdory omezení mnoha potravin, což naznačuje, že může být prováděna po omezenou dobu bez větších nutričních obav. Existuje však riziko, že rodiče sami zavedou insuficientní dietu podle doporučení laiků nebo sociálních médií. Před případným zavedením FODMAP diety se doporučuje, aby bylo provedeno zhodnocení event. úbytku hmotnosti, příjmu energie a mikronutrientů, stravovacího chování, psychického stavu a postoje pacientů (obava z poruch příjmu potravy). Kontraindikace FODMAP u organických diagnóz vyplývá z tabulky 2.

## FODMAP u dětí s IBS

U dětí s pokračujícími příznaky dráždivého tračníku (IBS) lze pod odborným dohledem dietologa zvážit dietu s nízkým obsahem FODMAP pouze tehdy, je-li riziko poruch příjmu potravy



MUDr. Pavel Frühauf, CSc.  
Klinika pediatrie a dědičných poruch metabolismu, 1. LF UK a VFN, Praha  
fruhauf.pavel@vfn.cz

Cit. zkr: *Pediatr. praxi.* 2023;24(2):141-142  
Článek přijat redakcí: 22. 1. 2023