

Kliiniline küsimus nr 11

Kas lapse piiratud toitumine (nt taimetoitus, gluteeni-kaseiinivaba toitumine, laktoosivaba toitumine) vs tavapärase toidumissoovituste järgimine mõjutab lapse tervises seisundit?

<p>Töörühma soovitus: Hinnake igal tervisekontrollil vestluse käigus lapse ja pere toidumisharjumusi ning nende vastavust tasakaalustatud toitumise soovitustele.</p> <p>Tugev soovitus, mõõdukas tõendus.</p> <p>Soovitage piiratud toitumisega laste puhul pidada toidumispäevikut (<i>nutridata</i>), hinnake toidumisharjumusi, erinevate toitainete tarbimist, jälgige laste kasvu ja eakohast arengut. Rangel taimetoidul noorukeid hinnake võimalike söömishäirete suhtes.</p> <p>Tugev soovitus, nõrk tõendus.</p> <p><i>Soovituse tekst:</i></p> <p>Piiratud toidul olevatel lastel hinnake/ärge hinnake toidumisharjumusi, erinevate toitainete tarbimist, jälgige/ärge jälgige laste kasvu ja eakohast arengut.</p> <p>Rangelt taimetoidul olevaid noorukeid hinnake/ärge hinnake võimalike söömishäirete suhtes.</p>		
Patsient/sihtrühm	Imikud, lapsed, noorukid	
Sekkumine	Piiratud toidul olevatel lastel hinnake/ärge hinnake toidumisharjumusi, erinevate toitainete tarbimist, jälgige/ärge jälgige laste kasvu ja eakohast arengut.	
Tegur	Otsus	Selgitus
<p>Väga hea või keskmise kvaliteediga tõendusmaterjal (kas tõendusmaterjal on väga kvaliteetne?)</p> <p><i>(Mida kõrgem on tõendusmaterjali kvaliteet, seda tugevam on soovitus)</i></p>	<input type="checkbox"/> Jah <input type="checkbox"/> Ei	<p>On olemas Kanada Lastearstide Ühingu Kogukonna Pediaatria Komitee (Canadian Paediatric Society Community Paediatrics Committee) ja Ameerika Dieediassotsiatsiooni (American Dietetic Association) hea kvaliteediga soovitud taimetoitluse kohta: hästi tasakaalustatud taimetoitlusega lapsed saavad toiduga kasvamiseks ja arenguks piisavalt hulgal vajalikke toitaineid. Tähelepanelik tuleb olla taimetoidul olevate laste suhtes, kes ei tarbi liha, kala, linnuliha, mune ja/või piimatooteid (veganid). Need lapsed võivad toiduga saada vähem energiat, rasvu, kaltsiumi, tsinki, rauda, vitamiine B12, D, A, mis võib mõjutada nende kasvu ja arengut.</p> <p>Gluteeni-kaseiinivaba ja laktoosivaba toitumise pikaajalist mõju lapse tervisele ei ole piisavalt uuritud. Tõendusmaterjalist selgus, et laktoosivabal dieedil olevad lapsed on ohustatud kaltsiumipuudusest, mida nad vajavad normaalseks luude arenguks. Gluteeni- ja kaseiinivaba dieedil olevatel lastel võib esineda</p>

		<p>energia ja toitainete (valkude, aminohapete) puudust.</p> <p>Süsteematises ülevaates uuriti toitainete defitsiidi esinemist piiratud toitumisel olevatel lastel. Leiti, et nii meeditsiinilistel näidustusel kui inimeste enda poolt valitud piiratud toitumise korral esineb lastel toitainete defitsiiti. Sellest tulenevalt on oluline koguda informatsiooni lapse toitumisharjumuste, toidugruppe, toiduallergiate kohta ning tuleb järjepidevalt hinnata lapse toitumist.</p> <p>Taimetoidu dieete võivad noored kasutada juba olemasoleva toitumishäire varjamiseks. Seetõttu on taimetoidudieet keskmise noorukite populatsiooniga võrreldes mõnevõrra rohkem levinud noorukite seas kellel on toitumishäire. Süsteematises ülevaatuses selgus ka, et toitumise kvaliteedi ja laste ning noorukite vaimsetervise seisundi vahel on seos. Leiti seos ebatervislikul, piiratud toitumise ja kehvema vaimsetervisega laste ning noorukite vahel.</p>
--	--	---

<p>Kindlustunne kasude ning kahjude ja koormuse tasakaalu suhtes (kas on kindlustunne?)</p> <p><i>Mida suurem on erinevus soovitatavate ja soovimatute tagajärgede vahel ning kindlustunne selle erinevuse suhtes, seda tõenäolisem on tugev soovitus. Mida väiksem on tegelik kasu ja mida väiksem on kindlustunne selle kasu suhtes, seda tõenäolisem on tingimuslik/nõrk soovitus</i></p>	<p><input type="checkbox"/> Jah</p> <p><input type="checkbox"/> Ei</p>	<p>Tõendusmaterjalides erisusi ei esinenud</p>
---	--	--

<p>Kindlus või sarnasus väärtustes (kas on kindlustunne?)</p> <p><i>Mida suurem on varieeruvus või ebakindlus patsiendi väärtuste ja eelistuste suhtes, seda tõenäolisem on tingimuslik või nõrk soovitus.</i></p>	<p><input type="checkbox"/> Jah</p> <p><input type="checkbox"/> Ei</p>		<p>Töörühm otsustas, et patsiendile pakub rohkem väärtust</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>Ja vähem väärtust</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p> <p>.....</p>
---	--	--	---

<p>Ressursi tähendus (kas tarbitud ressursid olid väärt oodatavat kasu)</p> <p><i>Mida suurem on sekkumise kulu võrreldes kaalutava alternatiiviga ja muud otsusega seotud kulud, st mida rohkem ressursse tarbitakse, seda tõenäolisem on tingimuslik/nõrk soovitus.</i></p>	<input type="checkbox"/> Jah <input type="checkbox"/> Ei	<p>Piiratud toidul laste toitumisharjumuste, erinevate toitainete tarbimise hindamine ja eakohase arengu ning kasvu jälgimine võib olla piiratud toitumisest tingitud terviseprobleemidega tegelemisega võrreldes majanduslikult vähem kulukas.</p>
<p>Soovituse üldine tugevus</p> <p><i>Mida suurem on sekkumise kulu võrreldes kaalutava alternatiiviga ja muud otsusega seotud kulud, st mida rohkem ressursse tarbitakse, seda tõenäolisem on tingimuslik/nõrk soovitus.</i></p>	<p>Net benefits = the intervention clearly does more good than harm.</p> <p>Trade-offs = there are important trade-offs between the benefits and harms.</p> <p>Uncertain trade-offs = it is not clear whether the intervention does more good than harm.</p> <p>No net benefits = the intervention clearly does not do more good than harm.</p>	