Budoucnost nutriční intervence u diabetu možná leží v technologiích

Česká inovativní společnost Vitadio nedávno spustila pilotní program, který pomáhá diabetikům se změnou životosprávy. Díky kombinaci lidského faktoru a technologie má potenciál být efektivnější a účinnější než všechny doposud používané přístupy. Podobné aktivity slaví úspěch i v dalších zemích.

Podpora pacienta je základ

Málokterý pacient s prediabetem či diabetem 2. typu je schopen dosáhnout adekvátní úpravy životosprávy sám. Edukace vedená odborníkem přináší lepší výsledky, nejen co se týče návyků pacientů, ale i stran morbidity a mortality. Řada studií využívajících textové zprávy či telefonické rozhovory v minulosti prokázala, že zásadním prediktorem úspěchu intervencí do životosprávy není osobní kontakt s odborníkem, ale dostatečná frekvence a kontinuita jeho podpory. Tu bohužel nemůže z kapacitních důvodů v dostatečném rozsahu poskytnout lékař a v současném systému ani nutriční terapeut.

Lepší výsledky za méně času

Dnešní technické možnosti nicméně od dob telefonování a „esemesek“ značně pokročily a skrývají řešení. Mobilní aplikace či webové programy mohou nejen převzít za terapeuta repetitivní úkony edukace, ale také vést pacienta k plnění jeho osobních cílů, usnadnit mu zaznamenávání jídelníčku, aktivity a hmotnosti, pravidelně ho podporovat a povzbuzovat… a to vše v době, kdy se jeho nutriční terapeut věnuje jinému pacientovi.

Podobně je tomu i u české společnosti Vitadio. Disponuje webovou aplikací a sítí nutričních terapeutů, které dohromady směřují pacienta ke komplexní změně životosprávy zaměřené na výživu, pohyb, ale i stres či spánkovou hygienu. Program začíná tříměsíční intenzivní fází, po které nastupuje delší fáze udržovací.

Česká platforma v pilotním testování

Účast v programu vhodnému pacientovi (diabetikovi ovládajícímu chytrý telefon a/nebo počítač, vyjma nemocných se závažnými komplikacemi a léčených inzulinem) nabízí jeho ošetřující lékař – diabetolog či praktik. Následující postup je už plně v rukou nutričního terapeuta, který pacienta provází celým programem a pravidelně s ním komunikuje přes chat nebo prostřednictvím videohovorů. Lékař se v případě zájmu může s nutričním terapeutem průběžně domlouvat, na závěr obdrží také zprávu o pacientových výsledcích. Bližší informace o možnostech zařazení pacientů do bezplatného pilotního programu lze získat na internetových stránkách *www.vitadio.cz* nebo e-mailem na *info@vitad.io*.

„Vakcína“ proti civilizačním chorobám

Obdobné programy, které usilují o změnu návyků a chování pacientů za účelem ovlivnění jejich

proLékaře.cz | 22.11.2026



choroby, jsou jednou z nejmladších odnoží medicínských technologií. Označují se názvem *digital therapeutics* (do češtiny trochu neohrabaně překládáno jako „digitální terapeutika“). Jejich metodika zpravidla vychází z principů kognitivně-behaviorální terapie (KBT).

Spoluzakladatelka společnosti Vitadio Mgr. Lenka Röhryová, MSc., s trochou nadsázky přirovnává nástup digitálních terapeutik k objevu očkování. *„Dříve lidstvo sužovaly smrtící epidemie infekčních onemocnění. Zatočilo s nimi očkování – levná, bezpečná a účinná metoda, která mohla být nabídnuta celé populaci. Nyní čelíme podobně hrozivé epidemii chronických civilizačních onemocnění plynoucích z nezdravého životního stylu. Vytouženým lékem, který při zanedbatelné finanční zátěži pro zdravotní systém pomůže masám lidí v boji s civilizačními chorobami, mohou být právě tato technologická řešení.“*

Digitální terapeutika dokáží kromě diabetu v různých modifikacích cílit také na obezitu, hypertenzi či chronické srdeční selhání, potenciál mají například i pro léčbu duševních chorob.

Bující odvětví digitální medicíny

Ač je metodika českého Vitadia v lecčems unikátní, podobné programy se objevují i jinde na světě. Na trhu jsou například v USA a Velké Británii, některé dosáhly i na refundaci ze systému zdravotního pojištění. V českých podmínkách může být cesta k proplácení obtížnější, Vitadio však neztrácí optimismus. *„Momentálně směřujeme k získání evropské certifikace pro zdravotnické prostředky. Je jednoznačné, že digitální terapeutika mají v medicíně budoucnost a i odborná veřejnost je jim stále více nakloněna,“* uzavírá Lenka Röhryová.

(luko)