

# Dietetikai edukáció lehetőségei (nemcsak!) a COVID-19 járvány idején



*SIMONOVÁ ERIKA*

*Dietetikus, egészségügyi tanár,  
Minőségbiztosítási és megbízhatósági  
menedzser*

# Alapellátási problémák

A dietetikusok által megtervezett, és egyénre szabott táplálkozásterápia a prevenció minden szintjén igazolt előnyökkel jár, és emellett egészség-gazdasági haszna is egyértelmű.

A COVID19 járvány előtt az elhízott és túlsúlyos betegek ellátásával összefüggő költségek éves szinten 207 milliárd forintot tett ki, a betegek által térített gyógyszerköltség 22 milliárd volt.

Alapellátásban nincsenek/nagyon alacsony számban elérhetőek regisztrált dietetikus szakemberek, területi ellátási problémák, stb.

Az állami ellátásban a dietetikusok edukációja nem elég hangsúlyos, nincs rá elég idő és nem elégséges a hatékonyság, a betegek diétás ismeretei sok esetben hiányosak.

**SÉRÜL AZ ELLÁTÁS SZÍNVONALA/  
MINŐSÉGE ÉS A BETEGBIZTONSÁG**



# DIGITÁLIS EGÉSZSÉGÜGY



Betegadatok

Ellátás

Adatmegosztás

Nyomonkövetés

Telemedicina

Diagnosztika

Kommunikáció

Orvoslás digitális átalakulása zajlik. Igény van a prevenció, a diagnosztika és a monitorozás gazdaságos megvalósítására.

Az innovatív digitális egészségügy és ellátás javíthatja az ellátás minőségét és az ellátás igénybevételének lehetőségét, valamint növelheti az egészségügyi ágazat általános hatékonyságát.

A COVID-19 felgyorsította a telemedicina megerősödését.

A digitális egészségügy minden európai országban kinyilvánított prioritás, és már valósággá vált annak ellenére, hogy az elérhető szolgáltatások és hatékony használatuk országonként jelentősen eltér.

# A páciens ellátása a digitális átállás előtt és után



# Mit várhatunk el egy dietetikai tanácsadást támogató egészségügyi szoftvertől?

Támogassa az ellátás folyamatát.

Egyszerű és kényelmes felhasználói felülete legyen.

Legyen a napi rutin szerves része, ahhoz szorosan illeszkedjen.

A páciens adatai tértől, időtől függetlenül mindig elérhetőek legyenek, szükség esetén legyen lehetőség az intervencióra.

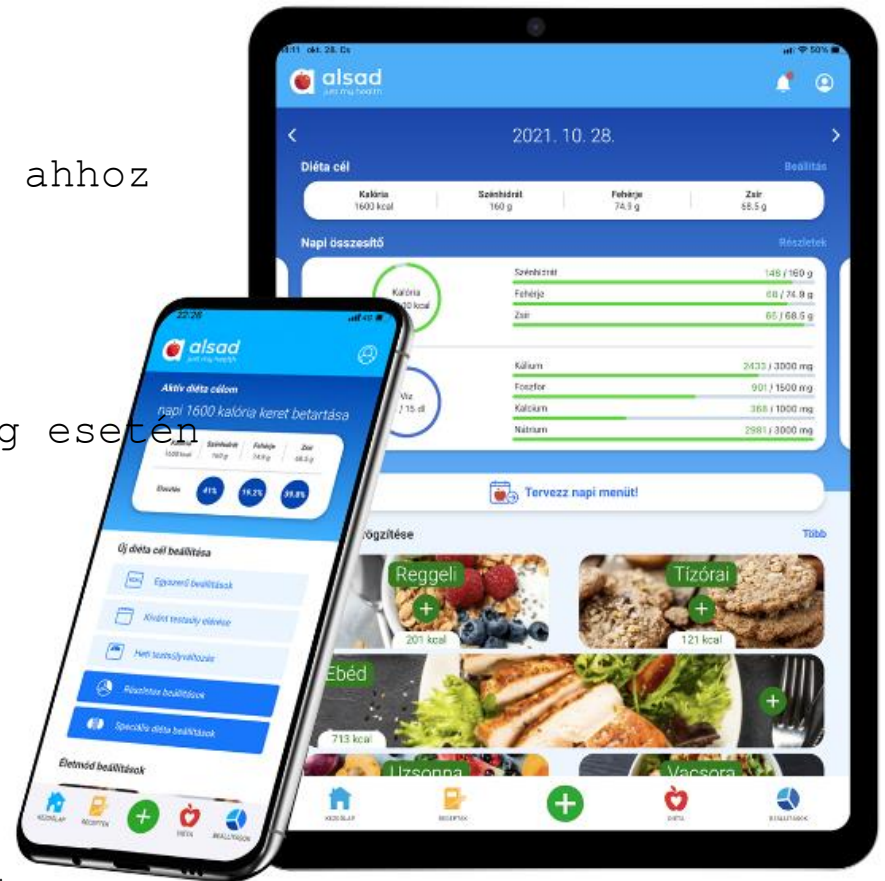
Biztosíthatjuk vele a folyamatos hozzáférést.

Kommunikációt és bevonódást biztosíthatunk.

Automatizálhatunk: ismétlődő, monoton, számításigénylő feladatokat.

Maximális erőforrás kihasználás:

„Egyszerű, de nem egyszerű”



# Nehézségek, akadályok



Félelem a változástól:  
szakmai és páciens oldalon is.

Biztonsági aggályok:  
adatvédelem (ma már nem az a kérdés  
ér-e kibertámadás egy rendszert,  
hanem az, hogy mikor!), betegek  
adatvédelmi fogalma, hozzájárulások.

Evidenciák hiánya

Etikai kérdések:  
kereskedelem vs. gyógyítás,  
adatgyűjtés.

Társadalmi kihívások:  
digitális kompetenciák hiánya,  
elérhetőség, hozzáférhetőség,  
szabályozás.

# Célunk

Olyan új HIBRID (ONLINE-KONTAKT) tanácsadási formát kívántunk kidolgozni és bevezetni, amely alkalmas a betegek diétás ismeretének növelésére és a dietetikai edukáció hatékonyságának



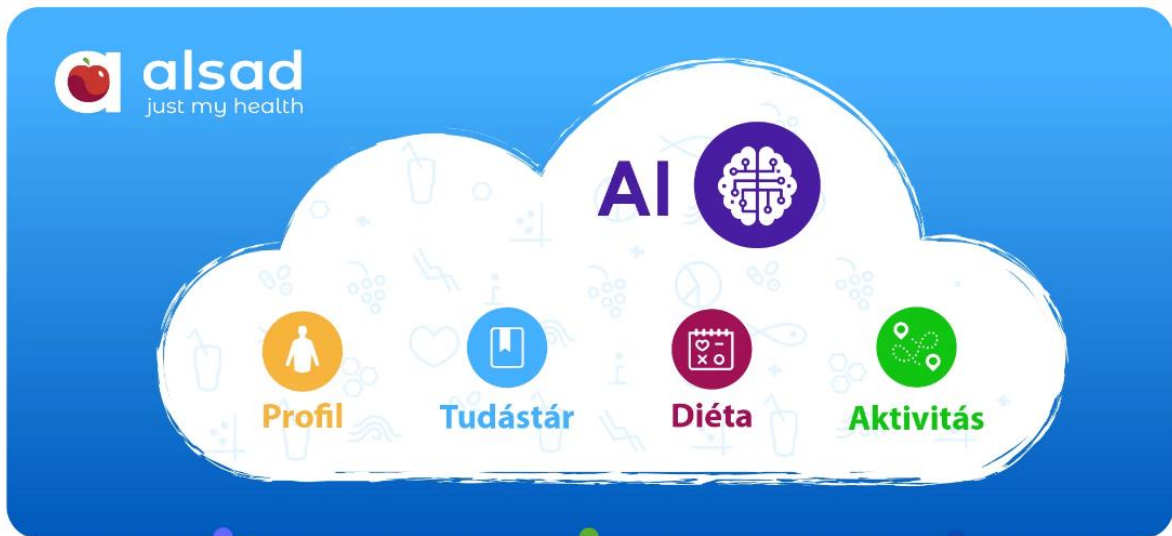
Eddigi OENO kód: 91311-91320  
Távkonzultációhoz használható OENO kód: 11302

További cél volt, hogy az ALSAD használatával a tanácsadás személyre szabott, rendszerezett lesz, nő a információtartalma, páciensek életmód váltás iránti elköteleződése, a dokumentáció pedig egységessé válik.

A dokumentációs teher nem nő.

Távoli jövőben szélesebb körben is bevezethető, integrálható és elérhető legyen (EESZT).





**FELHASZNÁLÓKNAK**

Személyre szabott diéta, mozgás-, és egészségmenedzsment a mesterséges intelligencia támogatásával.



**EGÉSZSÉGÜGYI SZAKEMBEREKNEK**

Az orvosi utasítások eredményesebb betartása, adatvezérelt támogatás és beteg-educáció.



**EGÉSZSÉGÜGYI SZOLGÁLTÓKNAK**

Extra szolgáltatások digitális egészségügyi eszköz alkalmazásával, költséghatékony betegeducáció, megőrizve a páciens lojalitását.



**720**  
Alapanyag

 MDOSZ által validálva ✓

**15 132**  
Alapélelmiszer

 Gyártói adatbázis ✓

**2100**  
Recept

 MDOSZ által validálva ✓

**1110**  
Diéta

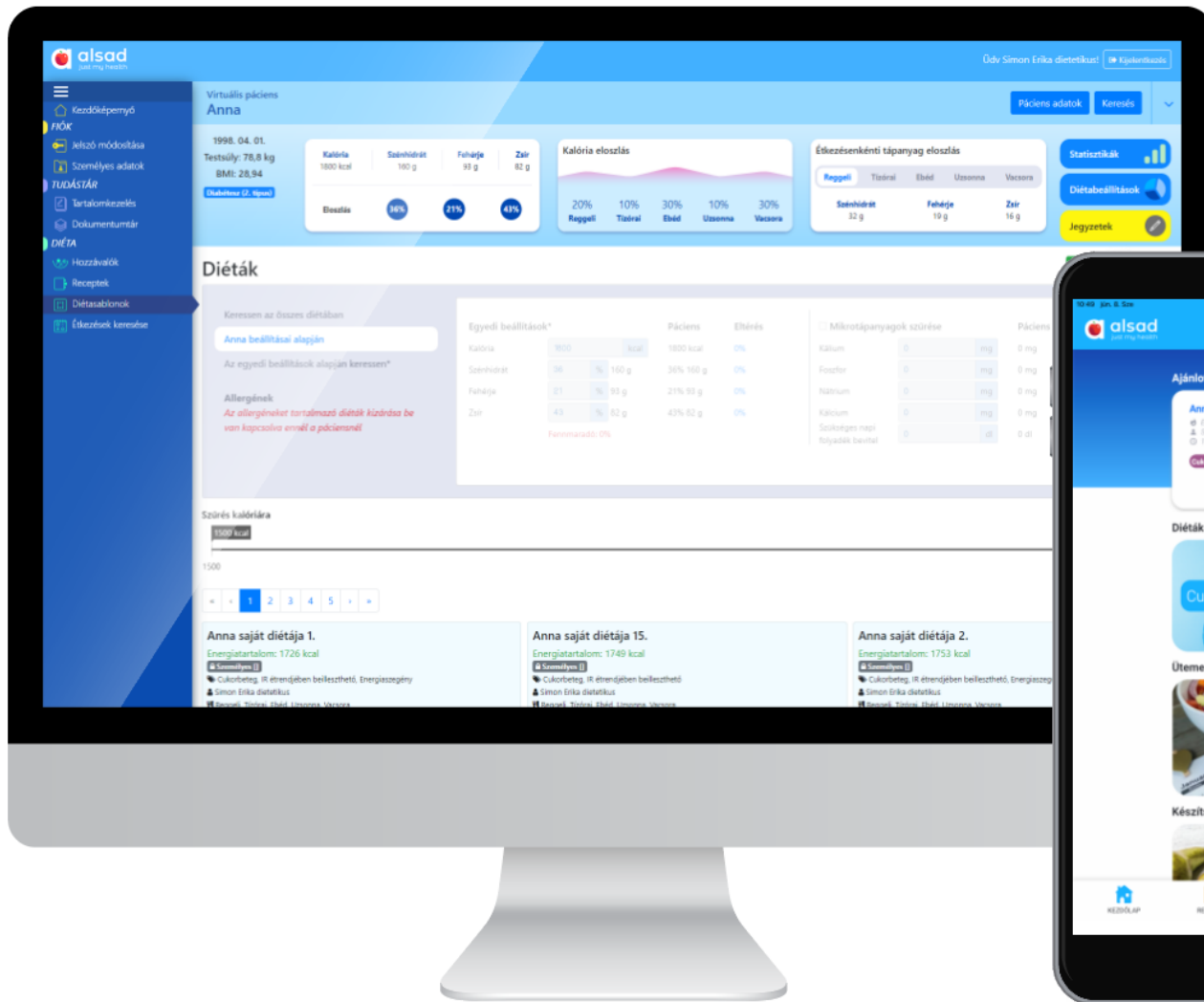
 MDOSZ által validálva ✓

**26**  
Gyógytorna



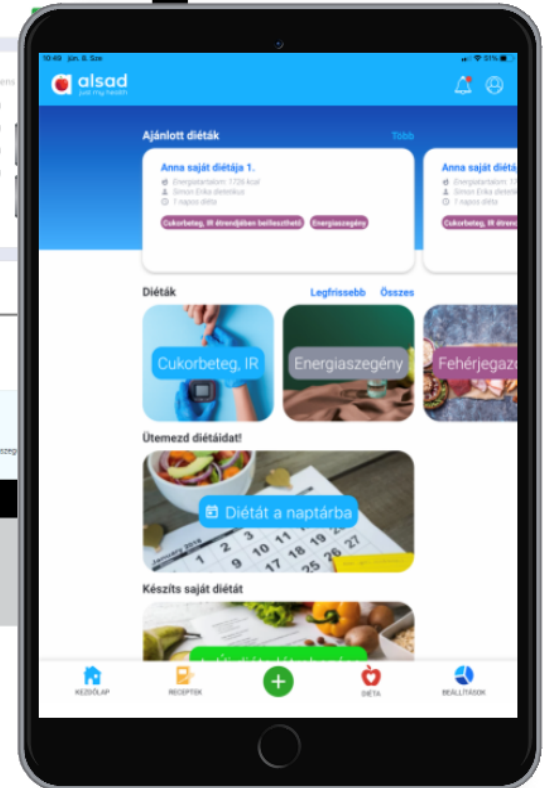






*Szakmai  
(webes)*

*felület*

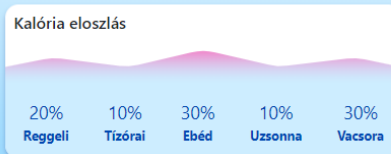


*Páciens felület(app)*

1998. 04. 01.  
Testsúly: 78,8 kg  
BMI: 28,94

Diabétesz (2. típus)

Kalória	Szénhidrát	Fehérje	Zsír
1800 kcal	160 g	93 g	82 g
Eloszlás	36%	21%	43%



Étkezésenkénti tápanyag eloszlás

Reggeli	Tízórai	Ebéd	Uzsonna	Vacsora
Szénhidrát	Fehérje	Zsír		
32 g	19 g	16 g		

- Statistikák
- Diéta-beállítások
- Jegyzetek

## Diéták

+ Új diéta létrehozása

Keressen az összes diétában

Anna beállításai alapján

Az egyedi beállítások alapján keressen\*

**Allergének**  
*Az allergéneket tartalmazó diéták kizárása be van kapcsolva ennél a páciensnél*

Egyedi beállítások*	Páciens	Eltérés	Mikrotápanyagok szűrése	Páciens	Eltérés
Kalória	1800 kcal	0%	Kálium	0 mg	0%
Szénhidrát	36% 160 g	0%	Foszfor	0 mg	0%
Fehérje	21% 93 g	0%	Nátrium	0 mg	0%
Zsír	43% 82 g	0%	Kalcium	0 mg	0%
Fennmaradó: 0%			Szükséges napi folyadék bevitel	0 dl	0%

Keresés

### Szűrés kalóriára



**Anna saját diétája 1.**  
Energiatartalom: 1726 kcal  
Személyes  
Cukorbeteg, IR étrendjében beilleszthető, Energiaszegény  
Simon Erika dietetikus  
Reggeli, Tízórai, Ebéd, Uzsonna, Vacsora

**Anna saját diétája 15.**  
Energiatartalom: 1749 kcal  
Személyes  
Cukorbeteg, IR étrendjében beilleszthető  
Simon Erika dietetikus  
Reggeli, Tízórai, Ebéd, Uzsonna, Vacsora

**Anna saját diétája 2.**  
Energiatartalom: 1753 kcal  
Személyes  
Cukorbeteg, IR étrendjében beilleszthető, Energiaszegény  
Simon Erika dietetikus  
Reggeli, Tízórai, Ebéd, Uzsonna, Vacsora

**Anna saját diétája 3.**  
Energiatartalom: 1723 kcal  
Személyes  
Cukorbeteg, IR étrendjében beilleszthető, Energiaszegény  
Simon Erika dietetikus  
Reggeli, Tízórai, Ebéd, Uzsonna, Vacsora

**Anna saját diétája 4.**  
Energiatartalom: 1733 kcal  
Személyes  
Cukorbeteg, IR étrendjében beilleszthető, Energiaszegény  
Simon Erika dietetikus  
Reggeli, Tízórai, Ebéd, Uzsonna, Vacsora

**Csökkentett energiatartalmú, módosított ...**  
Energiatartalom: 1801 kcal  
Nyilvános  
Cukorbeteg, IR étrendjében beilleszthető, Normál  
MDOSZvalidáció  
MDOSZ által validálva  
Reggeli, Tízórai, Ebéd, Uzsonna, Vacsora

**Csökkentett energiatartalmú, módosított ...**  
Energiatartalom: 1731 kcal  
Nyilvános  
Cukorbeteg, IR étrendjében beilleszthető, Normál  
MDOSZvalidáció  
MDOSZ által validálva  
Reggeli, Tízórai, Ebéd, Uzsonna, Vacsora

**Diabétesz, súlycsökkentő menü (1700-1800...**  
Energiatartalom: 1736 kcal - 1784 kcal  
Nyilvános  
Cukorbeteg, IR étrendjében beilleszthető, Rostdús  
MDOSZvalidáció  
MDOSZ által validálva  
Reggeli, Tízórai, Ebéd, Uzsonna, Vacsora

**Diabéteszes, rostdús étrend**  
Energiatartalom: 1646 kcal  
Nyilvános  
Cukorbeteg, IR étrendjében beilleszthető, Normál, Rostdús  
MDOSZvalidáció  
MDOSZ által validálva  
Reggeli, Tízórai, Ebéd, Uzsonna, Vacsora

# Eredményeink

Vizsgált időszak: 2020.09.01–2022.02.02. 94 fő részvételével

ÁTLAGOS  
TESTSÚLY  
**104 kg**



LEGNAGYOBB  
TESTSÚLY  
**160 kg**

**83** SIKERESEN KÖVETTE  
A PROGRAMOT



65 NŐ

29 FÉRFI

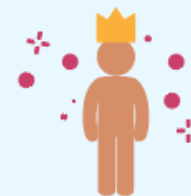
**88%**

**EREDMÉNYEK**

ÁTLAGOSAN  
**4,9 KG** FOGYÁS  
**93 NAP** ALATT.  
2-3 PONTOS  
BMI JAVULÁS



REKORD FOGYÁS  
**-19 kg/84 NAP**



ÖSSZES LEADOTT  
TESTTÖMEG  
**462 kg**

**ADATOK**

Köszönöm a megtisztelő figyelmet!



*Simonová  
Erika*

✉ [erika.simonova@gmail.com](mailto:erika.simonova@gmail.com)

☎ Telefon: +36 30 957 9990

f <https://www.facebook.com/SimonEraDiet>

in [linkedin.com/in/erika-simonová-70a018235](https://www.linkedin.com/in/erika-simonová-70a018235)