

## Eesti Toitumisteraapia Assotsiatsioon (ETTA)

### Toitumisnõustamise ja -teraapia juhised

Juhised on koostatud koostöös TFTAki ja SYNLABi spetsialistidega ning kinnitatud ETTA juhatuse poolt 18.09.2019

## TOITUMISJUHISED KERGEMATE SEEDEVAEVUSTE KORRAL NÕUSTAMISEKS

### Lisa. Mikrobioomi uuringu alusel kliendi nõustamine

Kui toitumisnõustaja (TN) või toitumisterapeut (TT) teevad **Mikrobioomi uuringu** tervele ja kergete seedeaeavustega isikule, kellel uuringu alusel ühtegi patoloogiat ei tuvastata ning TN ja TT saavutavad ametlike, ETTA ja ETNÜ poolt kinnitatud nõustamisjuhiste alusel (seedeaeavustega isikute toitumisnõustamise juhised) ning uuringu vastuse alusel saadud juhiste alusel kliendi seedeaeavuste vähenemise, siis kuulub selle uuringu alusel nõustamine TN ja TT pädevusse.

Kui aga kliendil on tõsisemad seedeaeavused/seedetrakti haigused (vt seedeaeavustega kliendi toitumisnõustamise/-teraapia juhised), tuleb klient juba enne uuringu tegemist suunata edasi arsti või funktsionaalse toitumise terapeudi vastuvõtule, kes otsustab, missugust uuringut tellida.

Kui Mikrobioomi uuringu alusel tuleb välja ükskõik missugune patoloogia (kõrvalekalle tervislikkusest, mis ei ole seotud ainult toitumisega, nt "heade" bakterite puudus, düsbioosile või haigustele viitavate bakterite ülekasv, põletikunäitajad või on keskmisest rohkem baktereid, keda seostatakse terviseprobleemidega (nt põletikega, vereliipidide ebatervisliku profiiliga), siis tuleb klient suunata koheselt edasi arsti või funktsionaalse toitumise terapeudi vastuvõtule.

TN ja TT võivad klienti ise nõustada, kui uuringu alusel selgub, et on vaja muuta toidus kiudainete, valgu, loomse rasva sisaldust, suurendada tervislike bakterite osakaalu või mitmekesisendada mikrofloorat läbi toiduvaliku mitmekesisemaks muutmise.

TT tegutseb oma teadmiste ja kompetensi piires ning vajadusel arstide ja funktsionaalse toitumise terapeudi meeskonnas.