

Wat is ondervoeding?

Ondervoeding of malnutritie is een toestand waarbij het lichaam over onvoldoende voedingsstoffen beschikt. Veelal is dit een tekort aan eiwitten en/of energie.

De oorzaak van ondervoeding kan individueel verschillen:

- een te geringe voedselinname door een verminderde of slechte eetlust,
- een ziekte,
- een kauw- en / of slikprobleem.

Ondervoeding is niet altijd merkbaar. Ouderen die zwaarder zijn, worden nauwelijks als ondervoed beschouwd. Toch kunnen deze geriatrische patiënten ondervoed zijn. Men mag zich niet enkel baseren op het gewicht, want bij bepaalde patiënten kunnen zich vochtophopingen voordoen. Het is daarom belangrijk om de voedselinname bij die patiënten zeer goed op te volgen.



Energie-inname

In ons ziekenhuis wil men de strijd met ondervoeding aangaan. Hierbij willen we vooral:

- nagaan hoe groot de energie-inname bij de geriatrische patiënt is (m.b.v. het screeningsformulier malnutritie)
- bij onvoldoende energie-inname een energieverrijkte (En+) maaltijd aanbieden:
 - En+ soep
 - En+ saus
 - En+ desserts
- een extra tussendoortje voorzien in de namiddag (snackkar)
- extra bijvoeding voorzien
 - Diasip
 - Cubitan
 - Fortimel juky, Forticrème, Forticare, Fortimel soup, Fortimel fruit

Deze bijvoedingen hebben wij in verschillende smaken en consistenties (vastheid) naargelang de wensen en noden van de patiënt.

Hoe gaan we tewerk?

Alle patiënten op de afdeling geriatrie worden gescreend op ondervoeding. De screening gebeurt de drie eerste en drie laatste dagen van de opname van de patiënt.

ook tijdens het verblijf verder opgevolgd. Men kan zien of een patiënt gescreend wordt door het 'V'-teken (Voeding) die aan het bed en de zetel aangebracht wordt.



De opvolging gebeurt aan de hand van het screeningsformulier malnutritie (het formulier dat je kan terugvinden aan het beddeinde).

Tijdens de dagen van opvolging noteert de verpleegkundige na iedere maaltijd een aantal punten in functie van de energiewaarde van wat de patiënt gegeten heeft. Op het einde van de dag kan er een dagtotaal worden gemaakt.

Zo hebben zowel de verpleegkundigen, de dokters als de diëtisten een duidelijk beeld van de voedselinname bij de patiënt.

Dankzij het screeningsformulier malnutritie kan er vlug bijgestuurd worden.

Energierijke tussendoortjes (snackkar)

Om ondervoeding minder kans te geven worden er in de namiddag energierijke tussendoortjes gegeven aan de geriatrische patiënten. De tussendoortjes moeten leiden tot een verhoogde energie-inname van de patiënten. Het assortiment aan tussendoortjes is ruim en bestaat uit bouwsteentjes, Frangipanes, Bouchés, Bimbo's, Madeleintjes, Forticrème enz.

Als familielid is het dan ook zeer belangrijk de oudere te stimuleren tot het nuttigen van de maaltijden en tussendoortjes en zelf te weerstaan aan de verleiding.

Wanneer je als familielid zelf extra tussendoortjes meebrengt voor de oudere, meld je dit dan ook best aan de verpleegkundige zodat die hiermee rekening kunnen houden bij de registratie op het screeningformulier malnutritie.

Kortom met de inzet van alle partijen kan een goed resultaat bereikt worden en kan ondervoeding bestreden worden.

Dieet

Heel wat geriatrische patiënten volgen reeds lang een dieet zoals zoutarme en suikerarme voeding. Bij risico op ondervoeding is het echter verantwoord om van dit dieet af te wijken. De maaltijd zal beter smaken, wat resulteert in meer eten en meer energie-inname. De behandelende arts zal in dat geval bepalen of het al dan niet nodig is de medicatie hieraan aan te passen.

Tot slot

Als je na het lezen van deze folder nog vragen hebt, kan je contact opnemen met je behandelende arts, de verpleegkundige, de ergotherapeut of met de diëtiste(n).



Ondervoeding bij de geriatrische patiënt