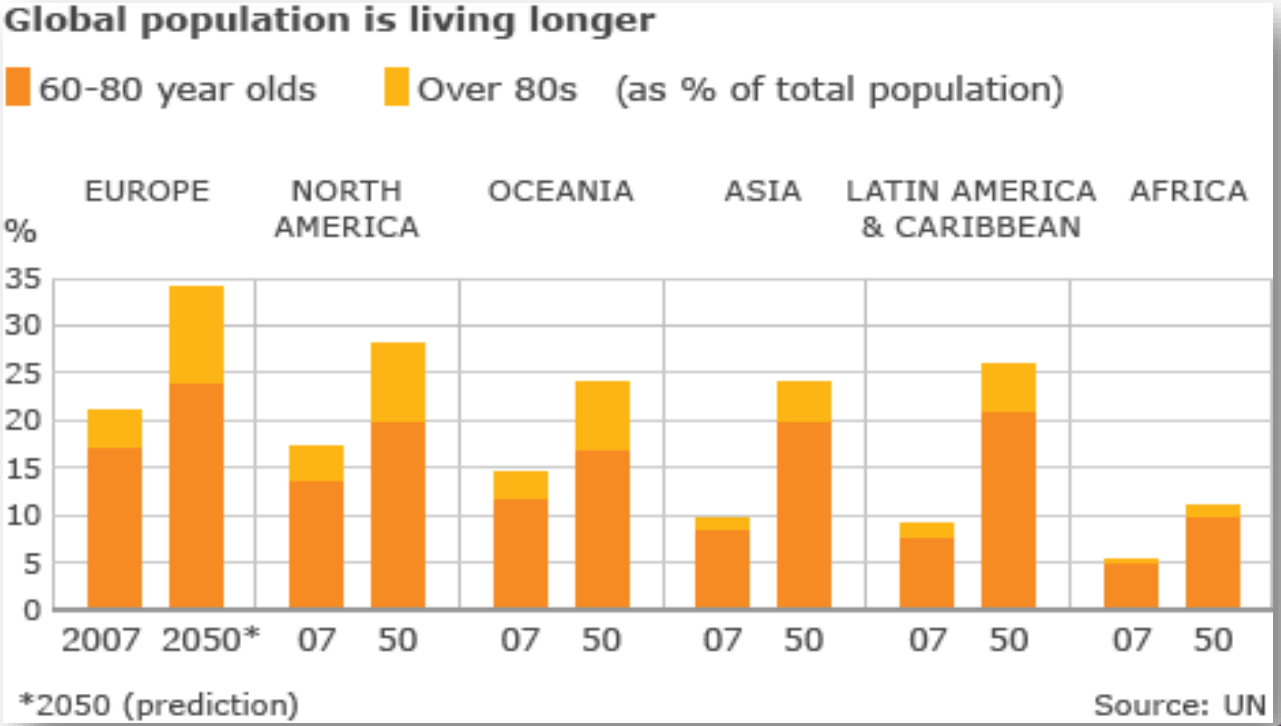
Voeding bij de geriatrische patiënt

Mevr. Kathleen Gerits
Prof. Dr. Jos Tournoy

Vergrijzing van de bevolking…

80 plussers is de snelst stijgende bevolkingsgroep

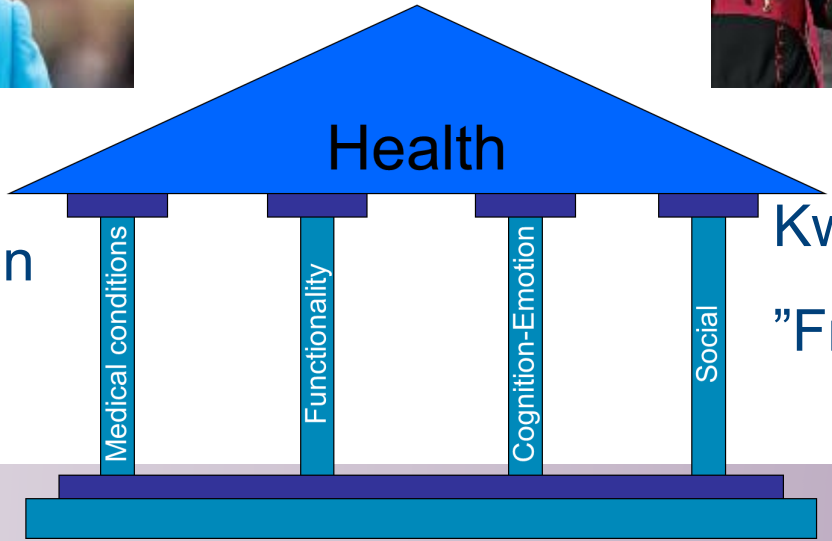


Hoe verouderen we?





Succesvol ouder worden



Kwetsbaarheid ”Frailty”

Conceptuele benadering van frailty



Gielen. Calcif Tissue Int 2011; 91 (3): 161-177

Prevalentie malnutritie

- Thuiswonend en “gezond”: 5 % - 12 %
- RVT: 40 % - 85 %
- Hospitaal: 20 % - 80 %
  - COPD: 20 % - 70 %
  - chronisch hartfalen: 10 % - 25 %
  - CVA: 16 % - 26 %
  - dementie: 12 % - 50 %
  - chronisch nierfalen: 30 % - 76 %
  - post-heupfractuur: 25 % - 50 %

➢ Afhankelijk van samenstelling populatie, criteria, methodologie, …

Anorexia of aging

- Verandering lichaamssamenstelling in functie van leeftijd
  - ↓ lichaamswater
  - ↑ vetmassa
  - ↓ spiermassa

  } ↓ metabolic rate
- ↑ verzadigingsgevoel voor zelfde hoeveelheid voedselinname
- ↓ smaak en geursensatie

- Leidt tot ↓ eetlust en ↓ intake in functie van de leeftijd

Ouderen en dorst

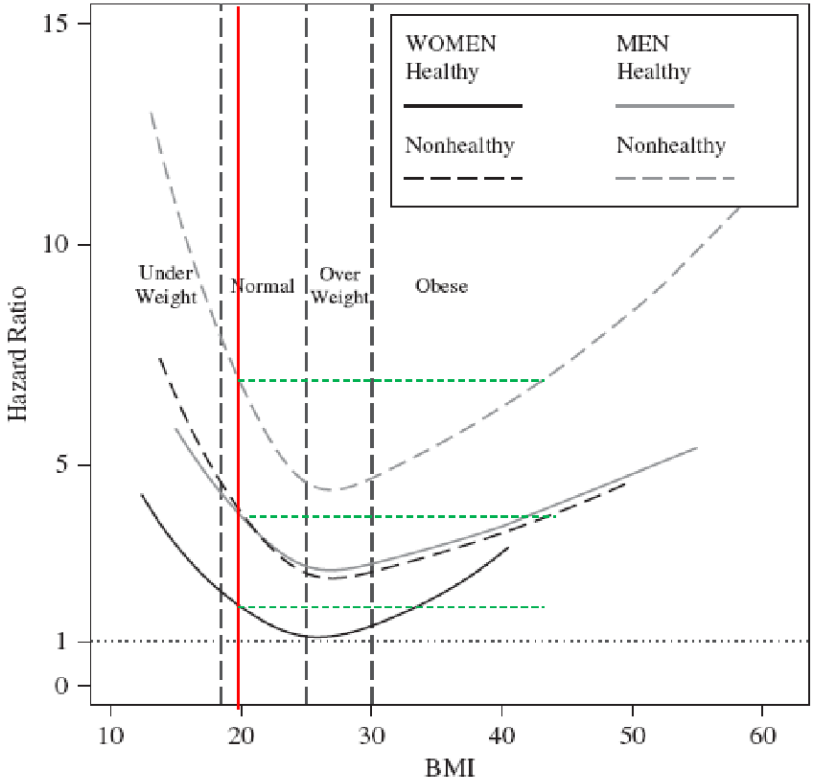
- Ouderen hebben een verminderd dorstgevoel vergeleken met jongere personen, ook na dorsten, en beseffen niet dat ze onvoldoende drinken (uitdroging warm weer)
- medicatie die dehydratie bevordert
- moeilijke balans onder- en overvulling (bv hartfalen)
- Dagelijkse waterbehoefte bedraagt 30 ml/kg of in totaal 1500 tot 2500 ml/d
  - Afhankelijk van inspanning, temperatuur,…

Gevolgen malnutritie

- Sarcopenie/frailty
- Comorbiditeiten (wondes, delirium, valpartijen)
- Hospitalisaties
- Mortaliteit



BMI and survival in 4.677 men and 4.563 women aged 70 to 75 y followed up for 10 years



JAGS 2010; 58:234-241

Mogelijke indicatoren van ondervoeding bij ouderen

-Ongewild gewichtsverlies 5% binnen 6 maanden of >10% na 6 maanden

-Sifnificant gedaalde BMI bv onder 20 kg/m2

-Significant gedaalde spiermassa

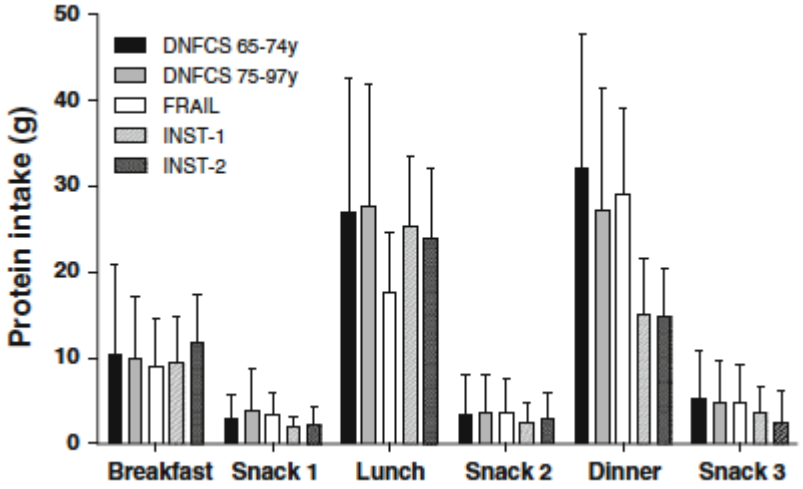


Aandacht voor eiwitinname



Voeding

- Te weinig inname van proteïnen
  - Zeker bij geïnstitutionaliseerde ouderen





Daily protein intake in grams distributed per mealtime in community-dwelling, frail, and institutionalized elderly people. DNFCS Dutch national food consumption survey, INST-1 intervention 1 among institutionalized elderly people, INST-2 intervention 2 among institutionalized elderly people.

Tieland M, Borgonjen-Van den Berg KJ, van Loon LJ, de Groot LC. Dietary protein intake in community-dwelling, frail, and institutionalized elderly people: scope for improvement. Eur J Nutr. 51 (2): 173-9
in European Journal of Nutrit

ESPEN richtlijn: Clinical nutrition and hydration in geriatrics

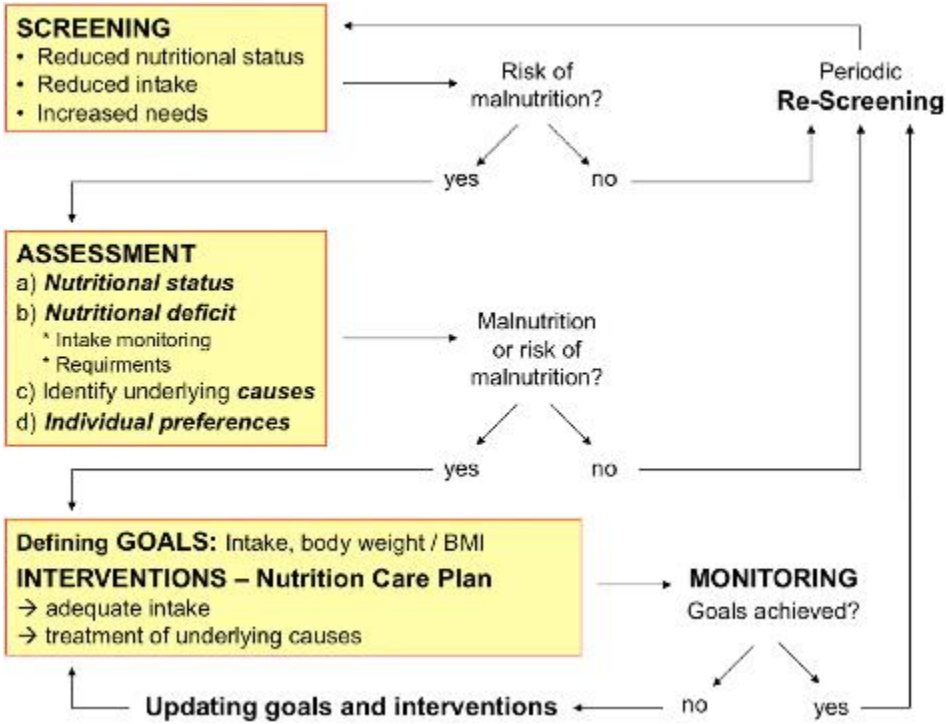
Guiding value for **energy intake** in older persons is **30 kcal per kg body weight and day**; this value should be individually adjusted with regard to nutritional status, physical activity level, disease status and tolerance. (BM) Grade of recommendation B - strong consensus (97% agreement

Protein intake in older persons should be **at least 1 g protein per kg body weight** and day. The amount should be individually adjusted with regard to nutritional status, physical activity level, disease status and tolerance. (BM) Grade of recommendation B - strong consensus (100% agreement)

Clinical Nutrition
Volume 38, Issue 1, February 2019,

ESPEN guideline on clinical nutrition and hydration in geriatrics

Stappenplan



Clinical Nutrition
Volume 38, Issue 1, February 2019,

ESPEN Guideline

ESPEN guideline on clinical nutrition and hydration in geriatrics

Voeding in de praktijk

Geriatrie UZ Leuven

- Screening ondervoeding: persoonlijk consult
  - Ondervoeding ≠ van laag gewicht
- Voeding wordt aangepast naar ‘geriatrie’
  - Zin en onzin van diëten
- Voedingsaanpassingen naar wensen van patiënt
- Eventueel bijvoeding/sondevoeding/TPN

Screening ondervoeding

- Via opname anamnese ➔ Screening NRS 2002

1. is BMI < 20,5?
2. is de voedselinname verminderd de voorbije week?
3. is er de laatste 6 maanden ongewenst gewichtsverlies?
4. is de patiënt ernstig ziek?

- Indien op 1 vraag “ja” geantwoord wordt
  - ➡ Diëtiste is automatisch verwittigd

Screening ondervoeding

Stored query overzichtDieetEenheid eenheid=640, ziekenhuisCode=UZL - afdrukdatum=18-03-2014 15:12:01

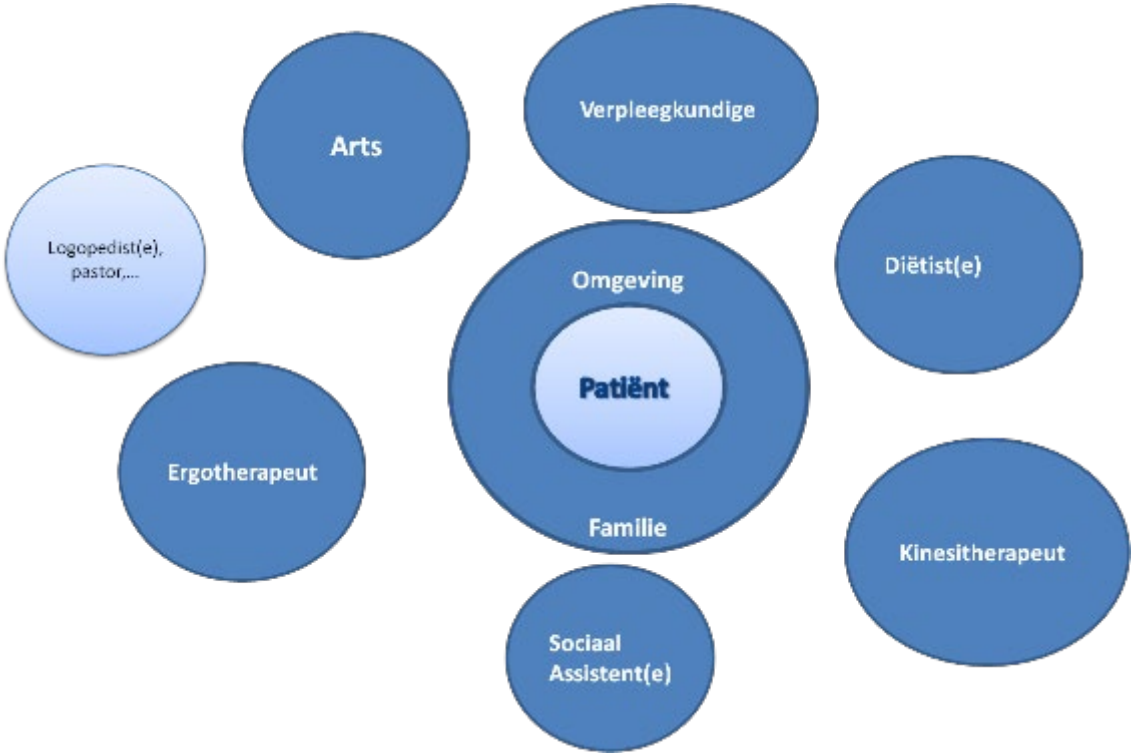
opname	n...	...	k/b	leeftijd	lengte	gewichtOpn	gewichtZorg	bmi	DITcontact	mmse	slikProblemen	g-	v-	gV	TPN	dV+	sV+	bV+	dieet gisteren
08-02-2014 16:46	V...	...	51/2	82	176.0	110.0	105.3	**35.511**	28-02-2014 11:25		Geen problemen	0	0	1	0				Gewone voeding (alles gemalen)
06-03-2014 11:39	V...	...	52/1	80	160.0	85.0	74.8	**33.203**	07-03-2014 13:42		Geen problemen	0	**1**	0	0				Energierijke voeding (gemalen vlees)
10-01-2014 17:10	A...	...	52/2	83	164.0	50.0	50	**18.590**	04-03-2014 08:16		**Dranken**	**1**	**1**	0	0		+'standard 1l'		E+ Sondevoeding 1L (normaal)
05-12-2013 02:00	V...	...	53/1	79	166.0	81.3	80.5	**29.503**	05-03-2014 11:58		Geen problemen	0	0	0	0				Energierijke voeding (gemalen vlees)
07-03-2014 20:20	B...	...	53/2	80	155.0	50.0	47.7	20.811	14-03-2014 14:14		Geen problemen	0	0	1	0				Energierijke voeding (gemalen vlees)
16-03-2014 12:38	J...	...	54/1	86	165.0	60.0	60	22.038	17-05-2013 10:41		Geen problemen	0	**1**	0	0				Energierijke voeding (gemalen vlees)
17-03-2014 16:04	V...	...	54/2	89	165.0	65.0	48.2	23.875			Geen problemen	0	0	1	0				
13-03-2014 16:16	V...	...	55/1	90	165.0	55.0	50.5	20.202	14-03-2014 14:17		Geen problemen	**1**	**1**	1	0				Energierijke voeding (normaal)
26-02-2014 20:10	V...	...	55/2	84	168.0	54.5	49.3	**19.309**	01-03-2014 11:33		Geen problemen	0	**1**	0	0				Energierijke voeding (normaal)
01-03-2014 19:07	MI...	...	56/1	87	170.0	65.0	66.8	22.491	11-03-2014 15:44		Geen problemen	0	0	1	0				Energierijke voeding (alles gemalen)
12-03-2014 01:53	JA...	...	57/1	85	168.0	70.0	70	24.801	13-03-2014 16:04		Geen problemen	0	0	1	0				NPO (gemalen vlees)
12-02-2014 13:37	D...	...	58/1	84	160.0	65.0	60.1	**25.390**	21-02-2014 14:28		Geen problemen	0	**1**	0	0				NPO (vloeibaar/zeer fijn gemixt)
26-02-2014 18:43	V...	...	59/1	88	155.0	60.0	75.2	24.973	04-03-2014 11:53		**Dranken**	**1**	0	1	0				Energierijke voeding (alles gemalen)
15-03-2014 16:25	G...	...	60/1	82	174.0	108.0	108	**35.671**			Geen problemen	0	0	1	0				Energierijke voeding (normaal)
14-03-2014 20:24	V...	...	61/2	87	175.0	50.0	60	**16.326**	17-03-2014 15:40		Geen problemen	0	0	0	0				MCT (gemalen vlees)
27-02-2014 21:59	MI...	...	62/1	89	170.0	65.0	78	22.491	05-03-2014 12:09		**Vaste voeding**	0	0	1	0				Energierijke voeding (gemalen vlees)
15-03-2014 03:18	S...	...	62/2	79	170.0	70.0	68.7	24.221			Geen problemen	**1**	0	0	0	**+zoutarm**			Lactose arm (gemalen vlees)
08-03-2014 15:06	B...	...	63/1	88	165.0	69.1	71.3	**25.381**	14-03-2014 14:37		Geen problemen	**1**	**1**	1	0				Energierijke voeding (alles gemalen)
27-02-2014 00:20	R...	...	63/2	89	182.0	85.0	93.2	**25.661**	28-02-2014 11:59		Geen problemen	0	0	0	0				Energierijke voeding (gemalen vlees)
06-03-2014 21:31	P...	...	64/1	86	155.0	56.0	58.8	23.309	08-03-2014 12:13		Geen problemen	0	0	0	0				Energierijke voeding (normaal)
03-03-2014 15:28	G...	...	64/2	84	143.0	55.0	59.4	**26.896**	14-03-2014 14:50		Geen problemen	0	0	0	0				Energierijk - Diabetes (vloeibaar/zeer fijn gemixt)
05-03-2014 16:19	B...	...	65/1	88	170.0	65.0	56.7	22.491	06-03-2014 14:12		Geen problemen	**1**	**1**	1	0				Energierijke voeding (alles gemalen)
05-03-2014 17:15	V...	...	65/2	84	171.0	91.7	91.7	**31.360**	07-03-2014 14:57		Geen problemen	0	0	0	0	**+diabetes**			Energierijk - Diabetes (alles gemalen)
11-03-2014 19:54	G...	...	66/1	83	170.0	75.0	71.3	**25.951**	12-03-2014 15:03		Geen problemen	0	0	1	0				Energierijke voeding (normaal)
11-03-2014 19:48	K...	...	66/2	82	170.0	50.0	72.8	**17.301**	12-03-2014 15:05		Geen problemen	**1**	**1**	1	0				Energierijke voeding (alles gemalen)
14-03-2014 15:54	S...	...	67/1	95	160.0	65.0	64.1	**25.390**			Geen problemen	0	**1**	1	0				Energierijke voeding (alles gemalen)
06-03-2014 15:11	V...	...	67/2	83	155.0	45.0	38.5	**18.730**	07-03-2014 13:50		Geen problemen	**1**	**1**	0	0				Energierijke voeding (gemalen vlees)



Knelpunten voeding

- Ouderen ervaren:
  - Verminderde eetlust
  - Kauw- en slikproblemen (gebitsproblemen, dementie)
  - Verminderde reuk- en smaakzin
  - Sneller verzadigingsgevoel
- Andere oorzaken
  - Eenzaamheid en depressie
  - Hulp nodig hebben bij maaltijden

Geriatrisch team



Voedingsinterventie

1. Orale voeding verrijken
2. Orale voeding in combinatie met bijvoeding
3. Sondevoeding
4. Parenterale voeding

Voedingsinterventie

- Ervaring ziekenhuis: zelfs bij adequate voedingsinname, moeilijk om aan eiwit en/of energiebehoefte te voldoen
  - Financiële aspect
  - Logistieke moeilijkheden: maaltijden aangeboden op vaste tijdsstippen
- Geriatrie UZ Leuven: koekjesronde, ontbijtbuffet, ijsjes, broodmixen…

Voedingsinterventie

- Dieet zinvol: te strikte diëten, vermijden!
  - Uitgangspunt: kwaliteit van leven
  - Levensverwachting patiënt
  - Motivatie patiënt



Vb: Vetbeperking (energiedensiteit)

Diabetesdieet

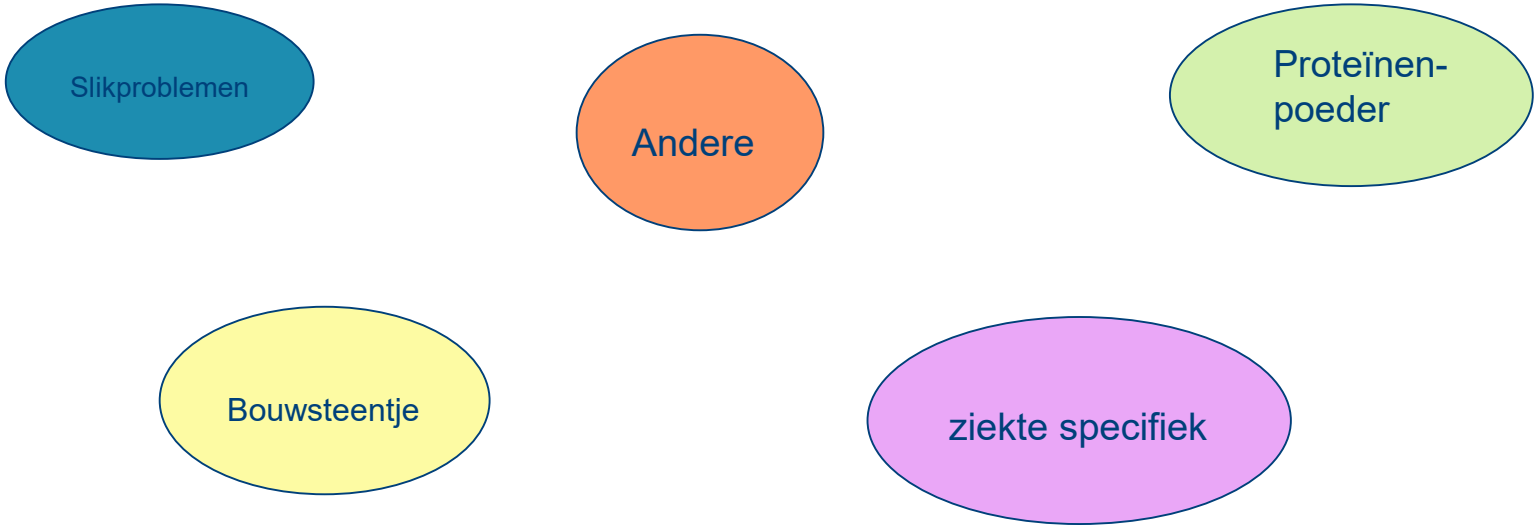
Voedingsinterventie

- Voeding aanpassen naar wensen patiënt
  - Aversies/generatiegebonden/gewoonten…
  - Consistenties
    - Let op: gemixte voeding minder calorieën/alternatieven brood



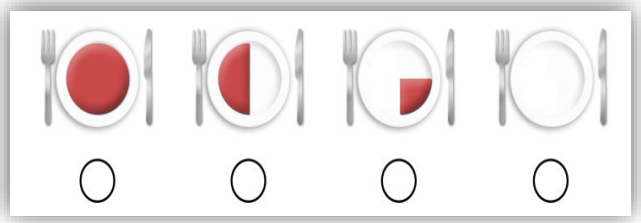
Voedingsinterventie

- Bijvoeding



Voedingsinterventie

Evalueren voedingsinname: adhv voedingskwadrantmethode



Steeds kritisch bekijken (hoeveelheden, consistenties)





Besluit

- Taak diëtiste
  - Diagnostiek voedingstoestand
  - Dieetplan opstellen en uitvoeren
  - Evalueren voedingstoestand + bijsturen indien nodig