



1 op 2 ouderen riskeert ondervoeding

Eten om te genezen

Bij ondervoeding of malnutritie heeft je lichaam een tekort aan voedingsstoffen, bijvoorbeeld eiwitten, vitamines of mineralen. Ouderen lopen meer risico. Daar zijn tal van verklaringen voor. ‘Op hogere leeftijd neemt het spijsverteringsstelsel de voedingsstoffen niet altijd meer goed op en vermindert vaak het smaakgevoel’, zegt prof. dr. Maurits Vandewoude, consulent geriatrie in het UZA. ‘Ook gebits- of gezondheidsproblemen – zoals slikstoornissen, een operatie ... – kunnen het probleem in de hand werken. En verder spelen

52 % van de ouderen die in een ziekenhuis worden opgenomen, is ondervoed of op het randje van ondervoeding. ‘Terwijl je na een operatie net extra energie nodig hebt om weer te kunnen herstellen.’

nog veel andere, niet-medische factoren een rol. Kan de bejaarde nog zelf naar de winkel? Komt hij financieel rond? Heeft hij of zij nog wel zin om elke dag te koken?’

Alle patiënten gescreend

Bart Geurden, verpleegkundig onderzoeker aan de Universiteit Antwerpen, wijdde zijn doctoraat aan het thema. Een slechte

voedingstoestand bij bejaarden is niet zonder risico, legt hij uit. ‘Ondervoeding die al jaren sluimert, kan plots een acuut probleem worden als de oudere ziek wordt of een operatie moet ondergaan. Het lichaam heeft dan extra energie nodig: als het dat niet krijgt, gaat het versneld vet en spieren afbreken. We weten dat ondervoeding het herstel vertraagt en het risico op complicaties verhoogt. Zo kan het gevaarlijk snel bergaf gaan. Daarom verdient de voedingstoestand bij elke ziekenhuisopname aandacht.’

In het UZA wordt elke opgenomen patiënt, jong of oud, op

ondervoeding gescreend. Bij een langere opname wordt die screening regelmatig herhaald. 'De verpleegkundige peilt onder meer naar eetlust en gewichtsverlies, en noteert ook de lengte en het huidige gewicht. Bij ondervoeding of een verhoogd risico daarop wordt de diëtiste of nutritieverpleegkundige ingeschakeld. Die neemt de nodige maatregelen, bijvoorbeeld verrijkte maaltijden, voedings-supplementen of zelfs kunstmatige voeding', zegt prof. dr. Dirk Ysebaert, hoofd van het nutritieteam van het UZA. Vandaag is die screening een vereiste voor de JCI-accreditering, het internationale kwaliteitslabel voor ziekenhuizen dat het UZA in 2015 wil behalen.



Je lichaam heeft bij ziekte of een operatie juist extra energie nodig.

65 % vermagert in ziekenhuis

Uit onderzoek blijkt dat 65 % van de ziekenhuispatiënten gewicht verliest tijdens een opname. Niet onlogisch, want patiënten moeten al eens nuchter blijven voor een onderzoek of operatie, en ook na een ingreep is eten vaak moeilijk. 'Daarom motiveren we patiënten om in aanloop naar hun operatie genoeg te eten en te bewegen, zodat ze zo fit mogelijk zijn', zegt

Ysebaert. Ook communicatie met de thuisverpleging of de instelling na het ontslag is belangrijk, want de patiënt neemt zijn voedingsprobleem natuurlijk gewoon mee.

De drie pleiten voor meer aandacht voor ondervoeding bij ouderen in ziekenhuizen en instellingen. 'Welke screeningsmethode je gebruikt, is niet zo belangrijk. Zolang zorgverleners maar alert zijn en tijdig aan de alarmbel trekken', besluit Vandewoude. ☺



Tips voor meer eetlust

Bent u wat ouder en wordt eten een probleem? Of bent u mantelzorgver van een oudere persoon? Enkele tips.

- Spreid de eetmomenten: neem calorierijke snacks tussendoor.
- Smaakt alles hetzelfde? Probeer dan eens een uitgesproken smaak of sterk gekruid gerecht.
- Eet gerust vetter of calorierijker, zolang u maar eet.
- Schrap eventueel dat bord soep en geef de voorkeur aan de hoofdmaaltijd.
- Zien eten doet eten: woont u alleen, probeer dan regelmatig met familie of vrienden samen te eten.
- Zoek hulp als u nog weinig eetlust hebt of gewicht verliest. Ook verminderde kracht of mobiliteit kunnen wijzen op ondervoeding.



Ethisch comité

Wat doet het ethisch comité?

Het ethisch comité geeft advies bij de ethische aspecten van patiëntenzorg en wetenschappelijk onderzoek. Het is verbonden aan het UZA en de Universiteit Antwerpen (UA). Concrete taken zijn:

- begeleiding en advies over ethische aspecten van de ziekenhuisczorg
- beoordeling van experimenten met menselijke proefpersonen
- advies over individuele gevallen die ethische vragen oproepen

Wie kan een verzoek indienen?

- elk personeelslid van het ziekenhuis
 - elke onderzoeker (voor de experimenten)
 - elke arts
 - patiënten, familieleden of nabestaanden
- Het ethisch comité kan ook advies verlenen over ethische vragen buiten het UZA of de UA.

Wie zit er in het ethisch comité?

Het bestaat uit 28 leden waaronder:

- artsen van binnen en buiten het UZA
- verpleegkundigen
- juristen
- een ziekenhuisapotheker
- een klinisch onderzoeker
- een ethicus
- farmacoloog
- een psycholoog
- een huisarts

Daarnaast zetelen ook afgevaardigden van de universiteit in het ethisch comité en eventueel ook belanghebbenden van binnen of buiten het ziekenhuis. Het comité kan ook bijkomende deskundigen raadplegen voor advies.

Hoe vaak vergadert het ethisch comité?

In principe elke week, maar het kan ook meer of minder samenkomen, afhankelijk van de agenda.

Contact?

Secretariaat Ethisch Comité UZA, T 03 821 35 44
of T 03 821 38 97, ethisch.comite@uza.be