

Opsporing bij opname

Het beoordelen van uw voedingstoestand gebeurt best in het begin van uw opname in het ziekenhuis. We stellen u enkele vragen en het is nodig dat we u wegen en meten. Dat gebeurt bij voorkeur nuchter op een geijkte weegschaal of -stoel. U draagt enkel nachtkledij of een operatiehemdje en géén schoeisel. Indien u niet rechtstaand gemeten kan worden, zoekt de diëtiste een alternatief.

Wekelijkse controle

Tijdens uw ziekenhuisverblijf kunt u gewicht verliezen wegens verminderde eetlust door ziekte, nuchter blijven voor onderzoeken, heelkundige ingrepen,... Daardoor kan ondervoeding ontstaan of toenemen en is het belangrijk uw lichaamsgewicht tijdens de opname wekelijks op te volgen. We wegen u daarom telkens opnieuw, bij voorkeur steeds op dezelfde dag en hetzelfde tijdstip.

Voedingsbalans

Bij ongewenst gewichtsverlies van meer dan twee kg op één week en/of bij een duidelijk verminderde voedselinname wordt een voedingsbalans opgemaakt. Gedurende drie dagen noteren we dan nauwkeurig uw voedselinname. Deze informatie is belangrijk voor de diëtiste die zo uw voedselinname kan beoordelen.



Bij ontslag

Als uw voedingstoestand ook na uw ontslag uit het ziekenhuis verder dient opgevolgd te worden, zal de diëtiste een verslag maken om ook uw huisarts en/of zorginstelling op de hoogte te brengen.

Contact

Voor meer informatie kan u terecht bij de diëtiste van de afdeling waar u verblijft. De verpleegkundigen zullen u graag met de diëtiste in contact brengen.

UNIVERSITAIR ZIEKENHUIS ANTWERPEN

Wilrijkstraat 10
2650 Edegem
☎ + 32 3 821 30 00
✉ + 32 3 829 05 20
info@uza.be
www.uza.be

© UZA, sept. 2009. Niets uit deze brochure mag worden overgenomen zonder uitdrukkelijke toestemming 1828632

Goed eten is beter genezen

Controle van de voedingstoestand: van belang voor iedereen

Nutritieteam



Beste patiënt

Welkom in het Universitair Ziekenhuis Antwerpen. Een goede voeding is belangrijk voor een goed herstel. Een opname in het ziekenhuis kan een negatieve invloed hebben op uw voedingstoestand. Daarom willen wij er voldoende aandacht aan besteden tijdens uw verblijf.

Meestal wordt uw voedingstoestand bij aanvang van uw ziekenhuisopname gecontroleerd. Indien uw voedingsstoestand door omstandigheden binnen de eerste 48 uur na uw opname nog niet nagekeken werd, spreek hierover dan een verpleegkundige aan.

Heeft u vragen of opmerkingen, dan kunt u steeds terecht bij de diëtiste op uw afdeling. Deze kan u bereiken via de verpleegkundigen.

Waarom goed eten ?

In Belgische ziekenhuizen zijn ongeveer twee tot zes patiënten op de tien slecht gevoed. Patiënten kunnen ongemerkt symptomen van ondervoeding ontwikkelen tijdens een ziekenhuisverblijf. Sommigen hebben al een slechte voedingstoestand bij aanvang van de opname.

Bij ondervoeding of malnutritie heeft het lichaam een tekort aan energie, eiwitten of andere specifieke voedingsstoffen zoals vitamines. Deze toestand heeft een negatieve invloed op de orgaanfuncties en genezing.

Oorzaken van slechte voedingstoestand

- Eenzijdige voeding
- Onderliggende ziekte
- Risicotherapieën (chirurgie, radiotherapie, dialyse)
- Bepaalde medicaties zoals cytostatica, antibiotica,...
- Herhaaldelijk nuchter moeten zijn voor onderzoeken

Gevolgen

- Verlies van lichaamsgewicht en spiermassa
- Invloed op ademhalingspijpen en hartspier
- Meer kans op doorligwonden en vallen
- Vertraagde wondheling
- Minder weerstand tegen infecties
- Invloed op de algemene levenskwaliteit
- Emotionele verzwakking
- Lichamelijke verzwakking
- Meer kans op verwikkelingen
- Verlengd ziekenhuisverblijf met 30 tot 50%

Voedingstoestand beoordelen

Body Mass Index

Een belangrijke factor die een eerste aanwijzing kan geven over uw voedingstoestand is de Body Mass Index of BMI. Deze wordt berekend door uw lichaamsgewicht (in kg) te delen door uw lichaamslengte (in meter) in het kwadraat.

Body Mass Index = gewicht(kg) : lengte(m) x lengte(m)
Voorbeeld voor een persoon van 1,70m die 85kg weegt:
 $85\text{kg} : 1,70\text{m}^2 = 29,41 \text{ BMI}$

Het resultaat is een getal dat aanwijst of uw gewicht normaal, te hoog of te laag is in verhouding tot uw lichaamslengte.

Betekenis van de BMI

| | |
|-----------|---------------------------------------|
| < 18,5 | te laag → ondervoeding waarschijnlijk |
| 18,5 - 20 | laag gewicht → ondervoeding mogelijk |
| 20 - 25 | goed gewicht |
| 25 - 30 | overgewicht |
| > 30 | obesitas of zwaarlijvigheid |

Zes doorslaggevende vragen

Naast de BMI zijn er andere factoren die een rol spelen bij de beoordeling van uw voedingstoestand en waarvoor we u enkele vragen stellen. Ook personen met een hoge BMI kunnen immers ondervoed zijn door hun ziekte.

Voedingstoestand beoordelen

Zes doorslaggevende vragen

- 1 Is uw BMI lager dan 20,5?
- 2 Verloor u de laatste drie maanden ongewild gewicht?
- 3 Heeft u de laatste week minder gegeten?
- 4 Heeft uw huidige ziekte toestand invloed op uw voedselinname?
- 5 Heeft u slik- en/of kauwproblemen?
- 6 Kreeg u de afgelopen maand bijvoeding, sondevoeding of totale parenterale nutritie (voeding via de bloedbaan)?

Indien u op twee of meer vragen positief antwoordt, loopt u risico op ondervoeding en is verder onderzoek door de diëtiste aangewezen. Zo nodig stelt zij een aangepast voedingschema op in overleg met uw behandelende arts.