Screenen naar ondervoeding bij alleenstaande, thuiswonende 70-plussers in de huisartsenpraktijk

Haio: LAMBRECHT Marie , KUL
Promotor: SCHOENMAKERS Birgitte , KUL
Praktijkopleider: VAN TONGELEN Sofie

Context: Ondervoeding is een onderschat probleem bij senioren. Een slechte voedingstoestand heeft niet alleen een negatieve impact op de gezondheid van de patiënt maar het neemt ook een enorme hap uit het gezondheidsbudget. Naar schatting is tussen 4 en 10 % van de thuiswonende patiënten ondervoed. Door de vergrijzing zal dit probleem vermoedelijk nog verder toenemen. Momenteel wordt ondervoeding in de eerste lijn vaak gemist door een gebrek aan nutritionele kennis van de gezondheidsmedewerkers.

Onderzoeksvraag: Wat is de prevalentie van ondervoeding bij alleenwonende 70-plussers in de eigen huisartsenpraktijk?

Methode: Alle alleenwonende patiënten ouder dan 70 jaar worden gescreend op ondervoeding met behulp van de Mini Nutritional Assessment Short Form (MNA-SF). Via een extra vragenlijst worden ook hun voedingsgewoonten bevraagd. Ondervoede patiënten en ouderen die risico lopen op ondervoeding, krijgen een vooraf opgestelde voedingsbrochure met tips voor een gezond voedingspatroon.

Resultaten: 25 patiënten werden geïnterviewd. Daarvan had 64% (16/25) een normale voedingstoestand. 28% (7/25) liep risico op ondervoeding en 8% (2/25) bleek reeds ondervoed. Bijna de helft (13/25) van de deelnemers kookte nog alle warme maaltijden volledig zelf. Van alle patiënten die volledig zelfstandig hun warme maaltijd bereidden, had 85% (11/13) een normale voedingstoestand. Bij de patiënten die hun warme maaltijd volledig door derden lieten bereiden, liep maar liefst 75% (6/8) risico op ondervoeding.

Conclusie: Ook in de eigen huisartsenpraktijk is de ondervoedingsproblematiek duidelijk aanwezig. Er lijkt een verband te zijn tussen het verlies van zelfredzaamheid en het risico op ondervoeding. Huisartsen moeten gesensibiliseerd worden om systematisch op ondervoeding te screenen. Daarnaast moeten oudere patiënten gemotiveerd worden om elke dag een warme maaltijd te eten. Niet enkel de ouderen, maar ook mantelzorgers, verpleegkundigen en personeel van cateringservices moeten bewust gemaakt worden dat ouderen andere nutritionele noden hebben dan jongere volwassenen. Op die manier kan er voor gezorgd worden dat de oudere populatie zo lang mogelijk gezond thuis kan blijven wonen.