

Uit deze samenwerking is een 2-jaarlijks overleg voort gekomen met DIS (Diëtisten in Samenwerking in de Synchron regio), waarbij we telkens constateerden dat we elkaar niet goed genoeg kenden. Van hieruit is de behoefte ontstaan om iets te organiseren waaraan alle diëtisten uit de regio deel konden nemen.

Dit is een geaccrediteerde scholing geworden **“Voeding bij de oudere patiënt”** gegeven door voedingsspecialist en MDL arts Ingrid Gisbertz en Marian de van de Schueren, lector Voeding en gezondheid aan de HAN.

Enkele leermomenten op een rij:

- Ondervoeding komt het meeste voor in de thuissituatie
- Ouderen hebben altijd laaggradige ontstekingsreactie met als gevolg:
 - o Afbraak eiwitten
 - o Afbraak vet
 - o Afname eetlust
- Ondervoeding is net zo duur als overgewicht, o.a. omdat:
 - o Er meer infecties voorkomen
 - o Er verhoogde spierafbraak is, waardoor afname stabiliteit, en groter valrisico
 - o Er meer wonden zijn en slechter genezen
 - o Mentale gesteldheid afneemt
- BMI:
 - o Optimale BMI is 24, geeft het minste risico
 - o Mensen met een BMI van 26-27 leven het langst
 - o Afname van BMI geeft een verhoogde mortaliteit
- Meten hoeveel iemand eet is maat voor risico op ondervoeding. Hoe minder men eet van aangeboden eten, hoe groter het risico op overlijden.
- Vitamine D deficiëntie komt voor bij ongeveer de helft van de ouderen
- Er zijn wereldwijd 22 gevalideerde tools om de gezondheidstoestand van ouderen te meten. Deze geven verschillen in uitkomsten. Echter advies om wel tools als SNAQ en MUST te gebruiken, maar in combinatie met gezond verstand

Aandacht voor de voedingstoestand in de thuissituatie en een tijdige signalering van afname van deze voedingstoestand blijken en blijven belangrijke aandachtspunten. Mensen worden ouder en blijven langer thuis wonen, waarbij het in ieders belang is dat dit zo lang mogelijk in een zo goed mogelijke gezondheid is. Diëtisten in zowel 1^e als 2^e lijn kunnen veel betekenen, maar kunnen niet zonder een goede samenwerking met praktijkondersteuners en huisartsen die een centrale rol hebben in deze signalering bij deze, soms kwetsbare groep.

Als diëtisten hebben we elkaar met deze scholing beter leren kennen en gaan we deze transmurale samenwerking verder uitbouwen met onder andere de ontwikkeling van zorgpaden.

