

## Resultaten Cater with Care-onderzoek

# Eiwitname bij oudere patiënten

Studies in het Cater with Care®-project laten zien dat eiwitrijke en eiwitverrijkte basisvoedingsmiddelen de eiwitname van ouderen - in zorginstellingen, ziekenhuizen en thuis - substantieel kunnen verhogen.

**Tekst** Nancy Janssen, diëtist Ziekenhuis Gelderse Vallei en Janne Beelen, PhD-kandidaat Wageningen University

Ondervoeding bij oudere ziekenhuispatiënten is een serieus probleem. De Nederlandse Prevalentiemeting Ondervoeding Ziekenhuizen 2014, laat zien dat 14 tot 15 procent van de patiënten bij opname risico heeft op ondervoeding, een groot deel hiervan is ouder dan 50 jaar. Bij geriatrische patiënten is dat percentage zelfs 38. Een belangrijk onderdeel van de preventie en behandeling van ondervoeding is het verhogen van de hoeveelheid eiwit in de dagelijkse voeding van 0,8 gram eiwit/kg lichaamsgewicht (g/kg/dag) naar 1,2-1,5 g/kg/dag. Als patiënten niet voldoende eiwitten binnenkrijgen via de voeding, gebruikt het lichaam de spiermassa als eiwitbron. De gevolgen van ondervoeding bij ouderen kunnen ernstig zijn: daling van de weerstand, langzamer herstel bij ziekte, en na een operatie verhoogde kans op complicaties, afname van spiermassa en verlies van zelfredzaamheid.

In de praktijk betekent het verhogen van eiwit in de dagelijkse voeding voor oudere patiënten meestal dat ze meer moeten gaan eten, terwijl ze minder eetlust hebben vanwege ziekte. Als het met reguliere voedingsmiddelen niet lukt om de eiwitname te verhogen, kan aanvullend drinkvoeding worden gegeven. Veel patiënten ervaren drinkvoeding als iets dat moet om te herstellen en niet als iets dat smakelijk is.

Het doel van Cater with Care is eiwitverrijkte producten te ontwikkelen die smakelijk zijn voor oudere patiënten, en die zowel thuis als in een instelling gebruikt kunnen worden. Daarbij is gekozen voor producten die passen binnen het

bestaande voedingspatroon van veel ouderen, veelal als één op één vervanging van producten die geen of weinig eiwit bevatten. Het idee is dat oudere patiënten hierdoor minder hoeven te veranderen in hun voedingspatroon terwijl ze wel meer eiwit binnenkrijgen.

### Resultaten tot nu toe

Voor het Cater with Care-project zijn in 2013 verschillende onderzoeken gedaan bij oudere patiënten in Ziekenhuis Gelderse Vallei (ZGV). Om in kaart te brengen hoe oudere patiënten denken over ondervoeding, zijn tien oudere patiënten geïnterviewd die bij opname risico liepen op ondervoeding. We vroegen hen hoe zij de behandeling tegen ondervoeding ervaren en wat hun wensen en behoeften zijn qua voeding. Hieruit bleek dat patiënten zich vaak weinig

**‘DE GEVOLGEN VAN ONDERVOEDING BIJ OUDEREN KUNNEN ERNSTIG ZIJN’**



### ENKELE UITKOMSTEN CATER WITH CARE

- Het Cater with Care-assortiment gaf bij Opella gemiddeld **12 gram** meer eiwitinname per dag.
- **79 procent van de ouderen** in Ziekenhuis Gelderse Vallei die de beschikking had over het Cater with Care-assortiment bestelde de aanbevolen hoeveelheid eiwit op de vierde dag na ziekenhuisopname.



bewust zijn van de gezondheidsrisico's die ondervoeding met zich meebrengt. Minder eetlust en minder eten tijdens de opname wordt niet door alle patiënten gezien als een probleem met mogelijke gevolgen voor de gezondheid. 'Als je veel op bed ligt, heb je ook minder nodig', is het idee. Dat extra eiwitten in de voeding bijdragen aan een beter herstel van ziekte is maar bij weinig patiënten bekend. Oudere patiënten proberen in het ziekenhuis vaak hetzelfde te eten als thuis. Veranderingen in het voedingspatroon zijn lastig toe te passen en vol te houden. Daarnaast heeft een deel van de patiënten een verminderde smaak en eetlust. Zij eten omdat het moet, niet omdat het lekker is.

In 2013 gebeurde er nog meer: er werd een observatieonderzoek uitgevoerd waarin gegevens zijn verzameld van 80 patiënten van 65 jaar en ouder die opgenomen waren in ZGV. Resultaten laten zien dat de dagelijkse voeding van een groot deel van deze patiënten minder eiwit bevat dan ze nodig hebben. Voor de groep patiënten die een energie- en eiwitverrijkt dieet krijgt, was de hoeveelheid eiwit in de voeding gemiddeld 10-15 gram per dag hoger dan voor patiënten met een standaard dieet. Belangrijke kenmerken van het verrijkte dieet in ZGV zijn verrijkte zuiveltoetjes en pappen, daarnaast kan de patiënt tussendoortjes bestellen die eiwitrijk zijn. Het aanbieden van eiwitrijke voedingsmiddelen aan patiënten lijkt dus bij te dragen aan een hogere hoeveelheid eiwit in de

dagelijkse voeding. Momenteel is er een wetenschappelijk artikel in voorbereiding over deze studie.

Tijdens het ontwikkelproces van de producten zijn er in 2013 proeverijen gehouden, zowel bij patiënten in ZGV als bij woonzorgcentra van Opella in Wageningen. We vroegen de ouderen of ze enkele eiwitverrijkte producten wilden proeven die binnen Cater with Care ontwikkeld zijn. De resultaten hiervan zijn toen door de voedingsproducenten gebruikt om hun producten te verbeteren qua smaak, textuur en portiegrootte.

In de winter van 2013-2014 werd via een pilotonderzoek in een verzorgingshuis en in een revalidatiecentrum van Opella onderzocht of het toevoegen van de ontwikkelde producten inderdaad leidt tot een verhoogde eiwitinname bij de oudere doelgroep. Resultaten van dit onderzoek laten zien dat het Cater with Care-assortiment gemiddeld 12 gram meer eiwitinname per dag geeft. Deelnemers gaven ook opmerkingen over onder andere smaak, textuur en portiegrootte. Naar aanleiding van de resultaten van deze studie zijn de producten verder verbeterd.

#### Eiwitvoorziening verhogen

Onderzoekers van Wageningen University hebben, in samenwerking met diëtisten van het ziekenhuis, een effectiviteitsstudie uitgevoerd bij ouderen in ZGV. In deze studie ontving de helft van de deelnemende patiënten naast hun

energie- en eiwitrijke dieet keuze uit Cater with Care-producten: eiwitverrijkt of van nature eiwitrijk. Dit met als doel makkelijker de aanbevolen hoeveelheid eiwit van 1,2-1,5 g/kg/dag voor ouderen te halen. Deelnemers hadden, zoals iedere patiënt in ZGV, vrije keuze via de menukaart. Significant meer patiënten die Cater with Care-producten tot hun beschikking hadden, bestelden de aanbevolen hoeveelheid eiwit op de vierde dag na ziekenhuisopname: 79 procent tegen slechts 50 procent van de patiënten in de controlegroep. De studie liet zien dat patiënten die Cater with Care-producten konden kiezen, minder afhankelijk waren van zuivel en vlees voor hun eiwitvoorziening. Ook niet-zuiveldranken, brood en soep leverden in het Cater with Care-assortiment een belangrijk aandeel in de eiwitvoorziening. Dit zorgde met name voor een belangrijke toename van eiwit bij het ontbijt en tussendoortjes.

### Na ontslag

Een aantal deelnemers is na ontslag uit het ziekenhuis doorgegaan met het onderzoek. Tijdens de thuisfase van het onderzoek ontvingen de deelnemers reguliere eiwitrijke producten (controlegroep) of Cater with Care-eiwit(ver)rijke producten (interventiegroep). In een halfjaar tijd na ontslag uit het ziekenhuis is periodiek gemeten wat de eiwit- en energie-inname was. Verder zijn herstel van lichamelijke

functionaliteit, voedingsstatus en kwaliteit van leven getest en werd productkeuze bekeken. De resultaten van deze onderzoeken worden momenteel geanalyseerd en zullen in de loop van 2016 gepresenteerd worden.

### Resultaten gepresenteerd

Het vervangen van gangbare voedingsmiddelen in het dagmenu door verrijkte varianten, blijkt effectief om de inname van eiwit te bevorderen. De komende tijd zullen de resultaten uit het project gepresenteerd worden, onder andere tijdens het symposium Focus op Ondervoeding op 24 mei (zie pag. 46). In het najaar van 2016 hoopt Janne Beelen te promoveren op de voedingsonderzoeken in het Cater with Care®-project, dat is ontwikkeld op initiatief van de Alliantie Voeding en mede met EFRO-subsidie uitgevoerd. De samenwerkende partners zijn Wageningen UR Food & Biobased Research, Ziekenhuis Gelderse Vallei, Sodexo, NIZO Food Research, Heinz, Stichting Promotie Kalfsvlees, Pure4You en Carezzo.

#### Referentie:

1. Bauer, J., et al., *Evidence-Based Recommendations for Optimal Dietary Protein Intake in Older People: A Position Paper From the PROT-AGE Study Group*. Journal of the American Medical Directors Association, 2013. 14(8): p. 542-559. CZ

## Gestes van Gastvrijheid

# Eerstelijns vriendelijkheid

Patiënten verwachten van de voedingsassistenten hetzelfde als van de kapper. Je gaat er zogenaamd heen voor een nieuw kapsel zoals je naar het ziekenhuis gaat voor je gezondheid. Maar in werkelijkheid wil je bij de kapper wat elke patiënt in het ziekenhuis wil: persoonlijke aandacht. En wie ziek is, is kwetsbaar en heeft nog meer aandacht, bescherming en sociaal contact nodig. Lekker kletsen over de dingen die zogenaamd niet belangrijk voor je zijn, maar je wel de hele dag bezighouden. Gehoord worden. In alle rust een goed gesprek kunnen aanknopen. Complimentjes krijgen. Een gebbetje of een onderonsje. Het is schaars geworden dat iemand zich focust op jou en jouw sores. Onversneden aandacht is dus goud waard. Ook als de operatie is mislukt. Juist wanneer ze aandacht voor je hadden en vriendelijk waren,

dat weet je jaren na dato nog steeds en dat heeft een positief effect op het imago van het ziekenhuis.

Voedingsassistenten behoren, net als kappers, ongemerkt tot de vertrouwelingen van heel veel mensen in Nederland. Hun rol is belangrijker dan u denkt. Door hun medeleven en compassie verloopt het ziekteproces gemakkelijker, werkt de patiënt beter mee aan zijn eigen herstel en wordt een doorsnee ziekenhuis een bijzonder aandachtscentrum én een leukere werkplek.

Daarom hierbij een oproep: Werk je als arts, verpleegkundige, vrijwilliger of afdelingshoofd samen met een voedingsassistent? Laat haar eens weten hoe belangrijk haar werk is en help haar meer tijd voor haar patiënten te maken. Het hele zorgproces vaart er wel bij.



### Hoe maak je de zorg (instelling) gastvrijer?

Visieontwikkelaar Monique Willemsen van Momoko, gespecialiseerd in food & hospitality in care en cure, verhaalt in de rubriek Gestes van Gastvrijheid hoe je het verblijf voor een patiënt of bewoner aangenamer kunt maken.