

# Gezond eten centraal in voedingsziekenhuis

Tekst: Norbert van der Werff | Foto's: Norbert van der Werff, Ziekenhuis Gelderse Vallei

Patiënten in Ziekenhuis Gelderse Vallei in Ede kunnen sinds half november zelf bepalen wat, wanneer en waar ze eten. Dat bevordert het herstel, legt Joke Huitinck van het ziekenhuis uit. Gelderse Vallei maakt voor het voedingsbeleid gebruik van de expertise van de afdeling Humane Voeding van Wageningen Universiteit waarmee het de Alliantie Voeding Gelderse Vallei vormt.



Ziekenhuis Gelderse Vallei profileert zich al enkele jaren als hét voedingsziekenhuis van Nederland. "Dat doen we sinds medio 2007", vertelt Huitinck, programmamanager voeding, sport en bewegen bij het ziekenhuis. "Daar waren drie redenen voor. We waren daarvoor al behoorlijk veel bezig met gezonde voeding. Goede voeding is vooral belangrijk om ziekten te voorkómen en voor een voorspoedig herstel. Bij verkeerde voeding genezen wonden minder snel en is de kans op infecties groter. Al sinds 1996 screenen we patiënten bij binnenkomst op ondervoeding. We waren toen één van de voorlopers in Nederland." De tweede reden is de nabijheid van Wageningen Universiteit. "Daar konden we terecht voor vragen, bijvoorbeeld over de gevolgen van een zoutbeperking of over het risico op een vitaminetekort bij mensen die dialyseren. Er waren veel informele, korte lijnen. In 2007 leidde dat tot de oprichting van de Alliantie Voeding Gelderse Vallei, een stichting waarin de afdeling Humane Voeding en Ziekenhuis Gelderse Vallei samen met consortiumpartners afspraken hebben gemaakt over samenwerking." De derde reden voor het ziekenhuis om zich te onderscheiden met voeding was de locatie in de Food Valley. "Als je wilt excelleren als ziekenhuis is het een logische stap, dat op het gebied van voeding te doen."

## Ondervoeding

De screening op ondervoeding wordt uitgevoerd door de verpleegkundige, bij alle patiënten die langer dan 24 uur in het ziekenhuis worden opgenomen. Dat gebeurt tijdens

>>>

## Bewegen

Ziekenhuis Gelderse Vallei besteedt sinds 2012 ook meer aandacht aan sport en bewegen. "We werken daarbij samen met onder meer NOC\*NSF. Er worden in het samenwerkingsverband producten ontwikkeld voor topsporters, die veelal ook geschikt zijn voor mensen die herstellen van een operatie, of in een hele slechte conditie zijn. Genezen van een ziekte is ook topsport."



Joke Huitinck: "Als het eten vers bereid en smakelijk is, wordt er beter gegeten."

*Programmamanager voeding, sport en bewegen Joke Huitinck in de infotheek van het ziekenhuis.*

het opnamegesprek. Aan de hand van lengte en gewicht wordt de BMI vastgesteld en verder wordt navraag gedaan naar ongewenst afvallen en of mensen de afgelopen dagen hebben gegeten. Bij dreigende ondervoeding

krijgen patiënten een brochure met tips voor energie- en eiwitverrijkte voeding. Wanneer er sprake is van ondervoeding, volgt binnen 24 uur een consult van een diëtist. Aangezien patiënten bijvoorbeeld na een operatie niet meteen zin hebben in een uitgebreide maaltijd, is het streven dat patiënten op dag vier voldoende voeding innemen. "Ondervoede patiënten vormen een complexe groep: ouderen, mensen die een grote operatie ondergaan, IC-patiënten, mensen die aan de beademing liggen en patiënten met maag-darmaandoeningen. Ook bij hartfalen of een beroerte zijn mensen vaak in een slechte conditie en willen niet de hele dag door eten."

Huitinck erkent dat het beter is wanneer de ondervoeding al wordt aangepakt vóór mensen naar het ziekenhuis komen. "In het ziekenhuis hebben we het redelijk voor elkaar, maar uit onderzoek blijkt dat een groot percentage al ondervoed is voordat ze worden

opgenomen. Met Wageningen Universiteit hebben we vanuit de Alliantie Voeding Gelderse Vallei een transmuraal zorgpad ondervoeding ontwikkeld. Daar wordt al twee jaar aan gewerkt, gefinancierd door zorgverzekeraar Menzis. Die ziet dat ondervoeding heel veel geld kost. Door ondervoeding vroegtijdig aan te pakken, kan opname misschien worden voorkomen."

Bij het project is ook de eerstelijnszorg, de huisartsen en thuiszorg, betrokken. Mogelijk draagt dat ertoe bij dat het percentage ondervoede patiënten in Ede bij ziekenhuisopname lager ligt dan gemiddeld. Landelijk worden getallen genoemd tussen de 25 en 40 procent. In Ziekenhuis Gelderse Vallei ligt het percentage ondervoede patiënten tussen de 15 en 20 procent. Het gaat niet alleen om het signaleren van ondervoeding vóór opname, maar ook om de periode na ontslag uit het ziekenhuis. Daarom is er ook contact met verpleeg- en verzorgingshuizen.



#### **Bewust maken**

Ziekenhuis Gelderse Vallei besteedt intern veel aandacht aan bewustwording van het belang van voeding en bewegen. Dat moet niet alleen worden uitgedragen door diëtisten, artsen en fysiotherapeuten, maar door iedereen die bij de zorg betrokken is. Huitinck: "Je kunt nog zo lekker koken, als de patiënt niet rechtop zit, met het gebit in de mond, kun je het wel vergeten."

De programmamanager voeding, sport en bewegen tracht die bewustwording te stimuleren door berichten op het intranet en door de informatie in de infotheek in de hal van het ziekenhuis. Die is namelijk niet alleen bedoeld voor patiënten en hun familie, maar ook voor het personeel. Ook worden aan de medewerkers workshops en modules e-learning aangeboden.



*Patiënten worden aangemoedigd samen te eten.*

### **Eiwittekort**

Bij ondervoeding gaat het vooral om eiwittekort, maar ook om een algeheel tekort aan energie, of tekort aan vitamines en mineralen. Ziekenhuis Gelderse Vallei hanteert in het voedingsbeleid een drietrapsraket. De eerste is de normale basisvoeding. Daarnaast zijn er door het ziekenhuis ontwikkelde snacks als ham- en kaashapjes en zalmrolletjes met acht tot tien gram eiwit per snack. Ook worden eiwitrijke kant-en-klare gebakjes geserveerd. Binnenkort is er brood met extra eiwitten. Tot de tweede fase behoort ook verrijking van de maaltijd of shakes met energie- en eiwitrijke poeders met extra vitamines. Ook krijgen de patiënten dan verrijkte drinkvoeding. De derde fase is sondevoeding, al dan niet als aanvulling op gewone voeding. Het brood met extra eiwit is een voorbeeld van een product dat mede op verzoek van het voedingsziekenhuis ontwikkeld is door de voedingsmiddelenindustrie en vervolgens bij het ziekenhuis is getest. Omgekeerd komt ook voor: dat bedrijven, zoals bijvoorbeeld Nutricia, contact opnemen om bij het ziekenhuis onderzoek te doen en producten te testen. Die moeten uiteraard wel aan bepaalde eisen voldoen.

### **At Your Request**

Na een positief ontvangen pilot van vier maanden in 2010, voerde Ziekenhuis Gelderse Vallei in samenwerking met cateraar Sodexo, At Your Request in, een à la carte maaltijdconcept. Uitgangspunt van het in de VS bedachte systeem is om de patiënt meer keuzevrijheid

te geven. "Ze kunnen de hele dag door bestellen, wanneer ze willen, wat ze willen en zo vaak als ze willen. Ook kunnen ze kiezen met wie en waar ze willen eten; op hun kamer of in de lounge. Bezoek kan tegen betaling mee-eten." Achterliggend idee is dat de patiënt meer de regie heeft. Die heeft door de ziekte en de behandeling daarvan niet altijd behoefte aan eten op reguliere etenstijden. Bovendien bevordert lekker eten de inname. Ook de beleving speelt dus een rol. "Als het eten vers bereid en smakelijk is, wordt er beter gegeten en als mensen gezellig aan tafel zitten te eten en te kletsen, nemen ze ongemerkt een sneetje brood extra."

De patiënt krijgt een mooie menukaart, zoals in een restaurant, stelt Huitinck. Hij kan de

bestelling telefonisch doorgeven aan het servicecentrum, waarna de maaltijd binnen drie kwartier wordt geserveerd. Bij het servicecentrum is alle informatie over een eventueel dieet en over eerdere bestellingen bekend. Als de keuze onvolledig is, wordt aan die kant van de lijn advies gegeven. Juist doordat vrijwel alles wordt opgegeten en er dus bijna niets hoeft te worden weggegooid, is At Your Request betaalbaar. "Iedereen denkt dat het een duur systeem is omdat patiënten kunnen bestellen zo vaak ze willen. Toch is er veel minder afval. Daar halen we vooral de winst uit." Nu het systeem is ingevoerd, blijft er onderzoek plaatsvinden, onder meer naar het afval en de klanttevredenheid en naar de inname van voedingsstoffen. ■

