



Nederlandse Vereniging van Diëtisten

Onderwerp: brandbrief aandacht voor het behoud van een goede voedingstoestand bij ouderen

Houten, 20 maart 2020

Geachte heer/mevrouw, beste collega,

De Nederlandse Vereniging voor Diëtisten vraagt, samen met een twintigtal deskundigen op het gebied van voeding en beweging, uw aandacht voor het behoud van een goede voedingstoestand bij ouderen.

We roepen alle thuiszorgorganisaties, ouderenorganisaties, huisartsen, VWS en zorgverzekeraars dringend op om het belang van de juiste en voldoende voeding bij ouderen hoog op de agenda te zetten. Juist nu. Zodat we onze kwetsbare ouderen niet alleen beschermen tegen Covid-19, maar ook tegen het risico van ondervoeding als gevolg van bijvoorbeeld vereenzaming door thuisisolatie of een (te) eenzijdig voedingspatroon.

Ondervoeding bij ouderen is onder normale omstandigheden al een fors probleem. Het huidige beleid voor thuisisolatie van kwetsbare ouderen vergroot het risico op ondervoeding bij deze kwetsbare groep. Verpleeg- en verzorgingshuizen zijn gesloten voor bezoek. Kwetsbare ouderen moeten het doen met nog minder zorg en aandacht van familie, bekenden en burens.

Een goede voeding draagt bij aan een goede weerstand; bij ondervoeding neemt de weerstand juist af. In tijden waarin het belangrijk is om een optimale weerstand te hebben, is extra aandacht voor het behoud van een goede voedingstoestand dan ook extra belangrijk. Ondervoeding bij thuiswonende ouderen van boven de 70 jaar komt normaliter al veel voor (15% tot 20% van de mensen). Bij ouderen met thuiszorg is dat zelfs 30% tot 40%. Wij vrezen dat het probleem van ondervoeding onder de huidige omstandigheden groter zal worden. Wij roepen u dan ook op juist nu extra alert te zijn op (het ontstaan van) ondervoeding.

De gevolgen van ondervoeding

Ondervoeding heeft grote negatieve gevolgen voor de gezondheidstoestand en functionaliteit van ouderen. Als ouderen te weinig (eiwitten) eten en te weinig bewegen verliezen ze bovendien spiermassa en spierkracht. Dit verlies is moeilijk te herstellen en resulteert in blijvende verslechtering van de gezondheidstoestand. Om ondervoeding te voorkomen is het belangrijk om voldoende te eten en te bewegen. Een optimaal voedingspatroon bestaat uit een gevarieerd menu, met voldoende brandstoffen (energie) en bouwstoffen.

Online check voor vroegtijdige signalering

Versillende organisaties, waaronder de NVD, hebben hun krachten gebundeld en een simpele online screening ontwikkeld om ondervoeding tijdig te herkennen. Op de website goedgevoedouderworden.nl staan versillende tests die ouderen zelf kunnen doen. De tests kunnen ook door een mantelzorger of zorgprofessional worden ingevuld. De tests brengen het voedingspatroon en de mate van ondervoeding en bewegen in beeld. Daarnaast staat er op de website ook handige adviezen, leuke recepten en praktische instructies voor zorgverleners.

Als er sprake is van (risico op) ondervoeding, is het – ook nu – mogelijk om advies op maat te krijgen van een diëtist. De diëtist gaat op zoek naar de mogelijkheden om, rekening houdend met de omstandigheden, naast bewegen, ook voldoende en het juiste te blijven eten.

Oproep

Laten we samen met elkaar onze maatschappelijke verantwoordelijkheid nemen.

We vragen aan iedereen in de thuiszorg, bij huisartspraktijken, in de ouderenzorg en aan mantelzorgers om expliciet aandacht te hebben voor de voedingstoestand van de ouderen in ons land. Zodat we onze kwetsbare ouderen niet alleen beschermen tegen Covid-19, maar ook tegen het risico van ondervoeding

dat vereenzaming door thuisisolatie met zich meebrengt. Een tijdige signalering en gerichte deskundige aanpak zorgt voor het voorkomen van de negatieve effecten van ondervoeding. Juist nu moeten we extra goed letten op de kwetsbaren in onze samenleving.

Met vriendelijke groet,
namens de Nederlandse Vereniging van Diëtisten,

Bianca Rootsaert, directeur
Martine van der Zee, voorzitter

Deze brandbrief is ondertekend door:

Dr. Marian de van der Schueren, lector Voeding en gezondheid Hogeschool van Arnhem en Nijmegen
Mr. Guido van Woerkom (voorzitter) en Marcel Sturkenboom (directeur), KNGF

Prof. dr. ir. Peter Weijs, hoogleraar Voeding en beweging, met speciale aandacht voor eiwit, afdeling Dietetiek & Voedingswetenschappen Amsterdam UMC en Hogeschool van Amsterdam

Prof. dr. ir. Marjolein Visser, hoogleraar Gezond ouder worden, Vrije Universiteit, Amsterdam

Dr. Harriët Jager-Wittenaar, lector Malnutrition and Healthy Ageing, Hanzehogeschool Groningen

Ellen van der Heijden, directeur Stuurgroep Ondervoeding

Joyce Vink- Harskamp, voorzitter Netwerk Diëtisten Geriatrie en ouderenzorg

Willy Gilbert, voorzitter Diëtisten Coöperatie Nederland

Menrike Menkveld-Beukers Msc, directeur Alliantie Voeding in de Zorg

Dr. Ir. Gerda Feunekes, directeur Voedingscentrum

Bestuur Paramedisch Platform Nederland, zijnde:

Theo van der Bom, Ergotherapie Nederland

Viola Zegers, directeur Vereniging van Oefentherapeuten Cesar en Mensendieck

Boudewijn de Ridder, Nederlandse Vereniging voor Logopedie en Foniatrie

Gabrielle Janssen, Optometristen Vereniging Nederland

Bianca Rootsaert, Nederlandse Vereniging van Diëtisten

Links:

Uitleg over goed eten en bewegen voor ouderen: <https://www.goedgevoedouderworden.nl/>

SNAQ⁶⁵⁺, het screeningsinstrument voor ondervoeding bij ouderen:

<https://www.stuurgroepondervoeding.nl/toolkits/screeningsinstrument-3>

Vind een diëtist: <https://www.nvdietist.nl/uitgebreid-zoeken>

Stuurgroep Ondervoeding: www.stuurgroepondervoeding.nl

Artsenwijzer diëtetiek ondervoeding: <https://www.artsenwijzerdietetiek.nl/ondervoeding>

Informatie voor patiënten en mantelzorgers over ondervoeding: <https://dieetditdieetdat.nl/voeding-is-persoonlijk/ondervoeding/>

Coronavirus en voeding: <https://www.voedingscentrum.nl/nl/thema/coronavirus-voeding.aspx>