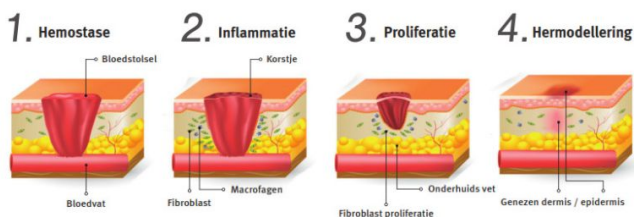


# Voeding bij decubitus

Optimaliseren van de voedingstoestand is cruciaal bij het voorkomen en behandelen van decubituswonden en necrose. Dit vraagt zeker bij ouderen extra aandacht, omdat zij vaak al een sub-optimale voedingstoestand hebben. De voedingstoestand draagt bij aan het immuunsysteem, de collageensynthese en de dikte van de huid.

Een slechte voedingstoestand verslechtert de wondgenezing en veroorzaakt een chronische inflammatoire toestand, ondervoeding en uitdroging.

Een adequate intake daarentegen stimuleert de wondgenezing, verbetert de kwaliteit van de huid en voorkomt infectie. Elk van de 4 fase van de wondgenezing kent verschillende fysiologische processen die elk een specifieke voedingsbehoefte heeft.



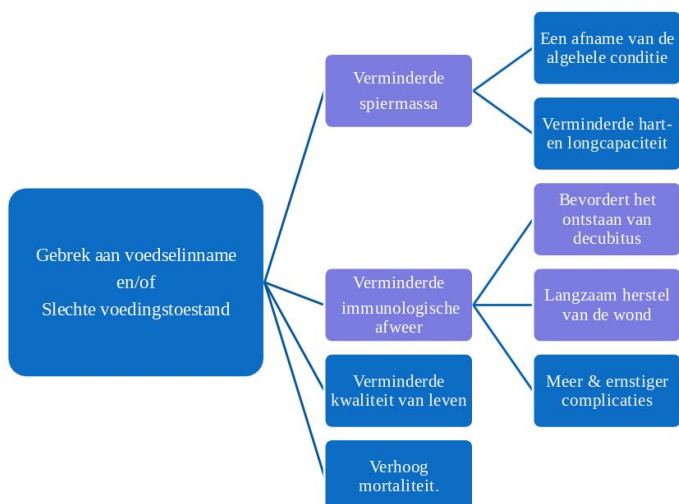
## Screening Ondervoeding

Het doel van screening is het tijdig signaleren van bewoners / cliënten met een verhoogd risico op ondervoeding. SNAQ-rc wordt vaak gebruikt als screeningsinstrument. Voor cliënten in een thuisituatie is de SNAQ-65+ het meest geschikt. Deze gevalideerde screeningsinstrumenten kijken o.a. naar ongewenst gewichtsverlies, en verminderde eetlust.

Naast het risico op ondervoeding beoordeelt een diëtist GO ook de aanwezigheid van een verhoogde behoefte, gebitsproblemen, slikproblemen en gastro intestinale problemen.

## Ondervoeding en decubitus bij ouderen

Ondervoeding bij ouderen is het resultaat van inadequate voedingsinname, waardoor deficiënties in het lichaam optreden. (o.a. eiwitdeficiëntie). Het lichaam verzwakt en wordt vatbaarder voor ziekte / infectie. Ernstige ondervoeding -al dan niet in combinatie met een acute of chronische ziekte- wordt geassocieerd met verhoogd risico op decubitus en necrotische wonden.



## Macronutriënten bepalen

Zowel koolhydraten als vetten zijn belangrijk bij het leveren van calorieën tijdens wondgenezing. Hierdoor kunnen eiwitten ingezet worden voor de wondgenezing. Hyperglycemie belemmert echter de wondgenezing, en dient voorkomen te worden.

Eiwit is nodig voor de aanmaak van cellen en collageen, de aanmaak van fibroblasten en de synthese van enzymen die betrokken zijn met de wondgenezing. Suppletie van specifieke aminozuren zoals arginine en glutamine is bij sommige fases van wondgenezing nuttig.

## Water bij wondgenezing

Ons lichaam bestaat 60% uit water. Adequate hydratatie is essentieel voor de gezondheid van de huid. Water is noodzakelijk als oplosmiddel van aminozuren, mineralen en glucose. Uitdroging kan de wondgenezing vertragen: Vermindert het bloedvolume, verslechtert de bloedsomloop en vertraagt transport van O<sup>2</sup> en voedingsstoffen.

## Nutriëntenbehoefte bij fase

Fase	Voedings-behoefte	Functie
<b>1 Reactiefase</b> Bloedings-fase (dag 1-6)	Eiwit (m.n. de semi essentiële aminozuren Arginine en Glutamine)  Koolhydraten Calcium Vit C Vit K Vit A	Bloeding stoppen  Regulatie stikstofoxide synthase  Voorzien in verhoogde energiebehoefte  Bouwsteen van DNA/RNA Stimuleert Immuunsysteem
<b>2 Reactiefase</b> Ontstekings-fase (Dag 3 – week 3)	Eiwit (m.n. de semi essentiële aminozuur arginine)  Zink, ijzer Vit A, vit. C	Aanmaak fibroblasten en macrofagen.  Aanmaak van collageen
<b>3 Regeneratiefase</b> Herstelfase (Dag 3 – week 3)	Vit C Eiwit (m.n. essentiële aminozuren) Vet Koolhydraten	Aanmaak capillaire vaten Collageen synthese Aanmaak enzymen Verlagen risico op ontsteking agv gebrekkige doorbloeding.
<b>4. Rijpingsfase</b> Rijpingsfase (week 2 - 2 jaar)	Zink Vit-C Magnesium	Aanmaak enzymen voor epithelialisatie Stabilisatie van de wond.