

De rol van de voeding in de Geriatrie en ouderen



Diëtisten Geriatrie en Ouderen

Voeding is niet alleen een boeiend onderwerp. Het is ook een beetje intiem onderwerp om er over te hebben.

Veel mensen hebben in de loop van de tijd zelf hun voeding aangepast. Ze gebruiken bv uit geloofsovertuiging geen varkensvlees of ze willen geen gluten of geraffineerde suiker gebruiken.

Om het gewicht in de hand te houden gebruikt iemand "light" producten of omdat het met het kauwen wat moeilijker gaat kiest iemand liever gehakt dan draadjesvlees.

Veel aanpassingen gebeuren op eigen initiatief en wordt niet ervaren als "dieet".



Wat is de rol van de diëtiste

Diëtisten houden zich niet alleen bezig met diëten, maar ook met voeding in het algemeen.

Diëtisten die met / voor ouderen werken geven praktische adviezen hoe je een voeding samenstelt die alle voedingsstoffen bevat die de cliënten nodig hebben. Dit doen ze zowel aan cliënten / bewoners zelf als aan de afdelingen of keukens. Diëtisten hebben cruciale rol in de kwaliteit van leven van cliënten. Ook in de multidisciplinaire team.

Voeding en kwaliteit van leven

Voeding beïnvloedt de kwaliteit van leven: eten is lekker en een sociaal gebeuren wat bijdraagt aan het algemeen welbevinden:

Door eventuele aanpassingen zorgt een volwaardige voeding voor:

- Voldoening (het lukt nu wel om voldoende te eten)
- Meer energie (meer voedingsstoffen)
- Meer kracht (meer bouwstoffen)
- Minder somberheid (voedingsstoffen)

- Positieve instelling (beter hormonen huishouding)
- Meer rust (zenuwstelsel werkt beter)
- Minder klachten (zoals bij darmklachten)
- Minder pijn (betere hydratatie)

Hierdoor verbetert de zelfredzaamheid en het geeft de cliënt een stukje eigen regie terug.

Voeding multidisciplinaire samenwerking

Een samenwerking tussen de diverse disciplines zorgt voor een betere voedingstoestand, en een goede voedingstoestand zorgt voor betere respons op andere therapieën.

- Door aandacht voor de voedingswaarde bij een aangepaste consistentie zal de slikfunctie verbeterd. De bouwstoffen in de voeding zorgen voor een verbeterde conditie. (samenwerking met logopedist)
- De spierkracht verbetert door de combinatie van fysiotherapie en een voeding met van voldoende eiwit (samenwerking met fysiotherapie).
- Inzet van hulpmiddelen ondersteunt de cliënt in het zelfstandig kunnen bereiden en/of eten (samenwerking met ergotherapeut).
- Medicatie slaat beter aan als mensen goed eten (samenwerking met arts)
- Tekorten in de voeding kan zorgen voor vermoeidheid en stemmingsproblemen Gemoedstoestand verbetert als deze mensen beter eten (samenwerking met psycholoog, geestelijke verzorging).
- Goede eters zijn alerter, beter aanspreekbaar en kunnen activiteiten langer vol houden (samenwerking met muziektherapeut / activiteitenbegeleiding)
- Goede eters zijn conditioneel beter in staat te helpen bij de dagelijkse verzorging (samenwerking met zorgmedewerkers)

