



**azdelta**

Uw ziekenhuis.

# Ondervoeding komt vaker voor dan u denkt

Informatiebrochure

## Contact

### Campus Wilgenstraat Roeselare

t 051 23 71 54

e [dieetwilg@azdelta.be](mailto:dieetwilg@azdelta.be)

### Campus Westlaan Roeselare

t 051 23 80 49

e [dieetwest@azdelta.be](mailto:dieetwest@azdelta.be)

### Campus Brugsesteenweg Roeselare

t 051 23 63 27

e [dieetkeuken@azdelta.be](mailto:dieetkeuken@azdelta.be)

### Campus Menen

t 056 52 21 92

e [dieetrijs@azdelta.be](mailto:dieetrijs@azdelta.be)

**H.-Hartziekenhuis Roeselare-Menen vzw** Rode-Kruisstraat 20, 8800 Roeselare t 051 23 71 11  
**Stedelijk Ziekenhuis Roeselare** Brugsesteenweg 90, 8800 Roeselare t 051 23 61 11

[www.azdelta.be](http://www.azdelta.be)

### **Wat is ondervoeding?**

Ondervoeding is een voedingstoestand waarbij een tekort aan energie, eiwitten en andere voedingsstoffen nadelige gevolgen op het lichaam heeft.

### **Wie loopt risico op ondervoeding?**

- personen ouder dan 75 jaar
- personen met ongewenst gewichtsverlies
- dementerende, depressieve en eenzame mensen
- personen met slik- en kauwproblemen
- patiënten met chronische ziekte aan longen, hart, maag, darmen, nieren en spieren
- patiënten die een hersenbloeding hebben gehad
- kankerpatiënten (vooral tijdens behandeling)
- pre- of postoperatieve patiënten
- bedlegerige patiënten met een risico op doorligwonden
- inname medicatie (bepaalde medicatie kan de eetlust verminderen)

---

**Bejaarden en zieken lopen het meeste risico op ondervoeding!**

---

### **Oorzaken van ondervoeding?**

- eenzijdige voeding
- verminderde voedselinname door slechte eetlust, smaakstoornissen, slik- en kauwproblemen, depressie, vereenzaming etc.
- verminderde vertering
- verhoogde behoefte
- overmatig verlies van voedingsstoffen door diarree, braken en huidwonden

### **Gevolgen van ondervoeding?**

- verminderde spiermassa
- langere verblijfsduur in het ziekenhuis
- vertraging van de wondheling
- meer kans op depressie
- verhoging van infecties
- overlijden
- daling van de ademhaling

---

**Meerkost ondervoeding voor de gezondheidszorg: 400 miljoen euro per jaar!**

---

### **Zelfevaluatie patiënt**

Weten is wegen! Het belangrijkste signaal van 'dreigende ondervoeding' is gewichtsverlies. Meer dan 3 kg in een maand of 6 kg in zes maanden kan op ondervoeding duiden.

Eveneens belangrijk zijn volgende kenmerken:

- dunne, droge bleke huid
- ingevallen wangen en gelaat
- slappe handdruk
- minder interesse voor de omgeving
- ...

Herkent u zichzelf hierin? Contacteer uw arts en/of diëtist.

### **Hoe kan men ondervoeding opsporen (in het ziekenhuis)?**

- patiënten met ondervoeding opsporen door te screenen
- screenen voor of vanaf opname patiënt in het ziekenhuis
- evaluatie van het risico op ondervoeding
- actie!