

Katrien Docx, diensthoofd voedingszorg.

Wij werken aan een uniek woonzorgcentrum waar gastvrije zorg voor bewoners een memorabele belevenis wordt voor de hele familie.



Katrien Docx

Tijdens de wintermeeting van de 'Belgische vereniging voor Gerontologie en Geriatrie' 2015 in Oostende gaf Katrien Docx, diensthoofd voedingszorg in Immaculata en actief lid van de werkgroep VlaDiO (Vlaamse diëtisten Ouderenzorg) een praktische uiteenzetting over de aanpak rond ondervoeding in het woonzorgcentrum (WZC). Zij deed dit aan de hand van een casus.

ONZE ORGANISATIE IMMACULATA

Immaculata is een openbaar WZC in Edegem dat een thuis biedt aan 180 bewoners, wonende op 6 residenties. 136 van deze 180 bewoners behoren tot het RVT. Daarnaast kunnen er 10 gasten genieten van een kortverblijf.

VOORSTELLING CASUS

In de voorgestelde casus, beschreef Katrien één van de residenten, een dame van 97 jaar en 55kg. Op zeer hoge leeftijd verkeerde deze vrouw nog in goede gezondheid, tot ze in 2014 ten val kwam en ernstige letsels opliep aan arm en schouders. Hierdoor was intense revalidatie aangewezen. Hierna volgde een maagbloeding waardoor mevrouw zeer sterk verzwakt was, en in die korte tijdsspanne 10kg in gewicht verloren had. Haar gewicht was op dat moment 45kg.

Omwille van verzwakking en de nood tot intensieve revalidatie werd het voor deze hoogbejaarde dame quasi onmogelijk om nog thuis te blijven wonen. Een opname in een woonzorgcentrum was aangewezen, volledig tegen de zin van mevrouw.

MULTIDISCIPLINAIRE AANPAK ONDERVOEDING

Bij opname in het WZC maakte de dame kennis met de verschillende disciplines waaronder de diëtiste. Ondervoeding is de laatste jaren een zeer hot topic geworden, zowel in ziekenhuizen, de thuiszorg als

in woonzorgcentra. De energieaanbreng van de voeding van vele ouderen is vaak ontoereikend wat ongewenst gewichtsverlies en ondervoeding in de hand werkt. Uit NutriAction II¹ blijkt dat de prevalentie van ondervoeding in Vlaamse WZC nog steeds een groot probleem is. Het tijdig opsporen en behandelen van ondervoeding bij ouderen kan ervoor zorgen dat deze ouderen langer zelfstandig kunnen functioneren en de kwaliteit van leven vergroten. In Immaculata is dan ook één van de belangrijkste taken van de diëtiste om op ondervoeding te screenen, vervolgens een behandelplan op te stellen en residenten voldoende te begeleiden en op te volgen.

De eerste dag van opname werden de voedselvoorkeuren en eetgewoonten bevestigd. Uit dit gesprek bleek dat mevrouw niet alleen ondervoed was (significants gewichtsverlies van 10kg), maar ook een zeer moeilijke eter was. Zo at ze bijvoorbeeld enkel kip, kalkoen en varkensvlees en at ze liever warme maaltijd 's avonds dan 's middags. Ze gaf eveneens aan dat ze absoluut geen eetlust had. Ook vertelde ze de diëtiste dat ze graag zo snel mogelijk terug naar huis wou omdat een WZC niets voor haar is.

Na dit gesprek contacteerde de diëtiste de gastvrouwen en verpleegkundigen/zorgkundigen van de afdeling, om hen op de hoogte te brengen van de pro-

blematiek. Gastvrouwen zijn logistieke medewerkers die het maaltijdgebeuren van de residenten mee begeleiden. Voor Immaculata is het namelijk een belangrijke uitdaging om het maaltijdgebeuren zoveel mogelijk te laten lijken op de thuissituatie. De maaltijden worden gezamenlijk gegeten in de "living", in aanwezigheid van deze gastvrouwen.

De diëtiste vroeg ook een logopedisch consult om slikproblemen uit te sluiten. Ze startte eveneens met het e-mailen naar enkele familieleden, meer bepaald naar de twee dochters. In deze e-mails werd wekelijks weergegeven wat de dame at en welke indrukken ze naliert. Ook deelde de diëtiste mee welke aanpassingen goed waren verlopen en welke niet. Vervolgens werd een behandelplan op maat opgesteld. Door af en toe zelf in de wooneenheid te gaan eten kon de diëtiste nagaan of alles volgens plan verliep.

VOEDINGSZORG OP MAAT

Voor al de bejaarden wordt gekookt in een interne keuken. Aan het hoofd van deze keuken staat een voltijds diensthoofd voedingszorg, zij is diëtiste van opleiding en heeft ook een koksdiploma. De eerder vernoemde diëtiste maakt dus deel uit van haar team en is naast de voedingsbegeleiding van de residenten ook verantwoordelijk voor de controle van de maaltijden en de dieetbereidingen.

De keuken in eigen beheer laat toe om op een snelle en efficiënte manier voe-

1 <http://www.vlaamse-ouderenraad.be/literatuur/Persbericht%20NutriAction%20II%20.pdf>

dingaanpassingen te doen op maat van de individuele resident. Zo werden voor dame in kwestie energierijke- en eiwitrijke tussendoortjes opgestart zoals bouwsteentjes (Revogan), softs (=fruitpap), milkshakes, croque monsieur, af en toe een wafel, 's Middags kreeg mevrouw energierijke soep (verrijkt met room en/of boter) en er werd voor gezorgd dat haar warme maaltijd 's avonds werd opgediend die voldeed aan haar wensen.

RESULTAAT

Na 1 maand werd de situatie geëvalueerd en bijgestuurd. Uit de evaluatie bleek dat

deze hoogbejaarde residente veel positiever werd ten opzichte van 'eten' en het WZC. Ze was 2 kg bijgekomen in gewicht (op 1 maand tijd). Haar beide dochters stuurden uitgebreide e-mails met een dankwoord voor de goede zorgen.

De revalidatie gaat de goede kant uit (omwille van spieropbouw) en een maand later is mevrouw opnieuw 1 kg bijgekomen. Ze weegt nu 48kg.

Uit deze casus kunnen we besluiten dat een goede multidisciplinaire samenwerking, goede communicatie (ook via e-mail)

met familieleden en resident zelf, en de behandeling afgestemd op maat van de resident enorm belangrijk is. Dit zal steeds leiden tot goede resultaten.

Meer info over dit thema?

Neem gerust contact op met Katrien Docx, diensthoofd voedingszorg. 03/450.84.00 of mail naar katrien.docx@ocmwedegem.be

Recept hartig, smeerbaar beleg

Ingrediënten:

- » 10 hardgekookte eieren
- » 3 eetlepels mayonaise
- » 1 eetlepel currypoeder

Bereidingswijze:

- » Laat alles samen lang cutteren tot een gladde massa
- » Verdeel in potjes

Je kan dit met heel wat vleessoorten maken zoals bv. met kippenwit, hespenworst, salami, ... en je kan variëren met sauzen, bv. toevoegen van cocktailsaus, ketchup, ...

Recept havermoutkoekjes met chocolade

Ingrediënten voor 24 koekjes:

- » 120g boter
- » 90g rietsuiker
- » 1 ei
- » Enkele druppels vanille-essence (eventueel)
- » 70g zelfrijzende bloem
- » 120g havermout
- » 180g pure chocolade

Bereidingswijze

- » Klop de boter romig
- » Voeg de suiker toe en klop het mengsel licht romig
- » Voeg het ei en de vanille-essence toe en klop verder
- » Meng de bloem en de havermout met een onder de boter
- » Hak de chocolade in grove stukken en roer deze onder het deeg
- » Maak kleine hoopjes deeg met behulp van 2 eetlepels en leg deze op bakpapier op een bakplaat
- » Bak de koekjes gedurende 15 minuten in een voorverwarmde oven op 180°C
- » Laat ze afkoelen op een rooster



Katrien Docx en haar keukenteam