

# NIEDOŻYWIENIE

Stan wynikający z braku wchłaniania lub spożywania substancji żywieniowych, prowadzący do zmiany składu ciała, upośledzenia fizycznej i mentalnej funkcji organizmu oraz negatywnie wpływający na rezultaty leczenia choroby podstawowej.

**European Society for Clinical Nutrition and Metabolism (ESPEN)**

**Niedożywienie** w zależności od podłoża dotyka od **20-50% Pacjentów** jednostek medycznych, a na jego rozwój w szczególności narażone są osoby **po 60 roku życia** oraz ze zdiagnozowaną **chorobą nowotworową**.



Aż u **30% hospitalizowanych**, nie wykazujących objawów niedożywienia przy przyjęciu, stan ten **rozwija się w trakcie pobytu**.

**Pierwotne objawy niedożywienia** takie jak niezamierzona utrata masy ciała czy zmniejszony apetyt są wskazaniem do rozpoczęcia interwencji żywieniowej. **Objawy te powinny zwracać uwagę niezależnie od masy ciała, bowiem nadmierna i podwyższona masa ciała nie jest równoznaczna z prawidłowym stanem odżywienia.**

## WSPARCIE ŻYWIENIOWE



**Żywienie doustne** jest najmniej inwazyjną, a zarazem najprostszą metodą odpowiedniej podaży składników odżywczych, również podczas choroby i rekonwalescencji. Szczególnie istotnym elementem w tym okresie jest pokrycie podwyższonego zapotrzebowania na białko. Należy wówczas wzbogacić codzienną dietę o produkty takie jak: mięso, wędliny, drób, ryby, mleko i przetwory, jaja, a także nasiona roślin strączkowych. Alternatywnym źródłem białka może być **żywność medyczna specjalnego przeznaczenia** (np. Nutridrink Protein), stanowiąca wsparcie żywieniowe.



**Strategię żywieniową należy konsultować z lekarzem i/lub dietetykiem.**

## IMMUNO- ŻYWIENIE



**Żywienie Immunomodulujące**, czyli podaż wybranych składników odżywczych w dawkach przewyższających podstawowe zapotrzebowanie, pozytywnie wpływa na układ odpornościowy. Składniki takie jak **arginina, kwasy tłuszczowe Omega3**, czy **glutamina** zmniejszają ryzyko wystąpienia powikłań okołoperacyjnych, przyspieszają gojenie się ran oraz okres rekonwalescencji.

Immunożywienie korzystnie wpływa na proces leczenia choroby podstawowej i schorzeń współistniejących, jednocześnie **normalizuje stan odżywienia**.



**Żywienia Immunomodulującego nie należy stosować jako wsparcia żywieniowego przy nowotworach prostaty.**



**Prehabilitacja**, czyli nowoczesne przygotowanie do zabiegu traktuje

**Pacjenta jako sportowca przygotowującego się do przebiegnięcia maratonu,**

gdyż oboje wykazują się podobnym wysiłkiem i obciążeniem dla organizmu.



**Istotnym elementem kwalifikacji do zabiegu jest Przesiewowa Ocena Stanu Odżywienia oraz badania laboratoryjne.**

Założenia **prehabilitacji** skupiają się na prawidłowym przygotowaniu żywieniowym do zabiegu poprzez optymalizację masy ciała, przy jednoczesnym wyrównaniu ewentualnych niedoborów składników pokarmowych.

Prehabilitacja stanowi istotny czynnik **profilaktyki rozwoju niedożywienia szpitalnego.**



## SPRAWDŹ SIĘ!

**Pogorszone  
samopoczucie:**

tak

nie

**Obniżona masa  
ciała:**

tak

nie

**Niezamierzona  
utrata masy ciała:**

tak

nie

**Zmniejszone apetyt  
i przyjmowane  
porcje posiłków:**

tak

nie

**Wiek powyżej 60  
lat:**

tak

nie

**Współistniejące  
choroby przewlekłe:**

tak

nie

Jeżeli na którekolwiek z powyższych pytań  
odpowiedziałeś twierdząco- **skontaktuj się  
z lekarzem lub dietetykiem.**

**Centrum Medyczne Urovita  
Gabinet Dietetyczny**

ul. Strzelców Bytomskich 11  
41-500 Chorzów  
32 11 14 260

