

## Stór hluti máltíða fer í ruslið

Vísir Innlent 26. febrúar 2013 17:30



Prófessor Ingibjörg Gunnarsdóttir, prófessor í næringarfræði.

Einungis um 60 prósent af þeim hitaeiningum sem fimm aðalmáltíðir hvers dags gefa nýttast sjúklingum Landspítalans. Því þarf að huga betur að næringu innliggjandi sjúklinga, allt frá mati á næringarástandi til viðeigandi næringarmeðferðar. Þetta er niðurstaða rannsóknar sem næringarfræðingar gerðu á orku- og prótínneyslu sjúklinga á hjarta- og lungnaskurðeild Landspítala og greint var frá í nýjasta tölublaði Læknablaðsins.

"Þessar niðurstöður komu mörgum á óvart," segir Ingibjörg Gunnarsdóttir, prófessor í næringarfræði, sem fór fyrir rannsóknarteyminu. Rannsóknin fór þannig fram að allir matarafgangar, ásamt millibitum, voru vigtaðir og skráðir í þrjá daga samfellt þegar liðnar voru að minnsta kosti 48 klukkustundir frá aðgerð. Ingibjörg telur líklegt að niðurstöðurnar eigi við fleiri deildir innan spítalans.

## **Vannæring veikir ónæmiskerfið**

Verkefnið hófst fyrst árið 2008 þegar þverfaglegum hópi innan spítalans var falið að skrifa klínískar leiðbeiningar um næringu sjúklinga. Þær voru birtar 2011 og var þar mælt með skimun fyrir vannæringu. "Vannæring hefur lengi verið þekkt vandamál meðal sjúklinga, bæði erlendis og hérlendis," upplýsir Ingibjörg.

Hún bætir við að vannæring meðal sjúklinga geti haft áhrif á líkamlega virkni, minnkað batalíkur og aukið tíðni fylgikvilla, en við það aukist sjúkdómsbyrði og dánartíðni.

Aukinni tíðni fylgikvilla og lengri legutíma fylgi mikill kostnaður og því geti bætt næringarmeðferð innan sjúkrastofnana aukið gæði þjónustunnar og hagræn áhrif. "Fólk gerir sér ekki almennilega grein fyrir hversu mikils virði maturinn er sem hluti af meðferð sjúklingsins," áréttar Ingibjörg.

## **Fjörutíu prósent fæðu enda í ruslinu**

Þorri þátttakenda (yfir 80%) náði ekki lágmarksviðmiðum fyrir orkuneyslu annars vegar og prótíneyslu hins vegar. Við mat á næringarástandi reyndust 23% sjúklinga annaðhvort vera vannærðir eða eiga það á hættu. Þrátt fyrir að miðað hafi verið við neðri mörk áætlaðrar orku- og prótínþarfar í þessari rannsókn var orku- og prótíneyslan skilgreind ófullnægjandi hjá allflestum þátttakendum (allt að 90%), jafnvel á fimmta degi eftir aðgerð.

Einungis um 60 prósent af þeim hitaeyningum sem fimm aðalmáltíðir dagsins gáfu nýttust sjúklingunum.

Ingibjörg bendir á að sú næring sem í boði var fyrir sjúklingana hafi fullnægt bæði orku- og prótínþörf þátttakenda hefði hennar verið neytt. "Áskorun framtíðar snýr fyrst og fremst að því að meta hvers vegna svo stór hluti fæðunnar endar í ruslinu," segir Ingibjörg. Hún segir hugsanlegar skýringar margar, til dæmis viðhorf til sjúkrahúsmáltíða, lystarleysi í kjölfar aðgerðar eða lyfjagjafa og skort á mannafla á deildum. "Máltíðirnar hafa dálítið týnst því það er enginn ábyrgur fyrir að fylgjast með hvað sjúklingurinn borðar. Þetta er verklag sem þarf að breyta," segir Ingibjörg með áherslu. "Ef sjúklingur borðar ekki matinn þarf að skrá það svo hægt sé að bjóða honum

eitthvað annað.“ Hún bendir á að unnið hafi verið að því að þróa einfalda aðferð við að skrá hlutfall af því sem sjúklingar klára af disknum. "Vonandi tekst að innleiða þá aðferð á spítalanum.“



Góð næring skiptir miklu Mikilvægt er að sjúklingar nærast vel til að ná bata.

Þess ber að geta að verið er að endurskoða matseðla sjúklinga á Landspítala þar sem hugað er að því að gera matinn orku- og prótínþéttari. "Skammtarnir verða minni en gefa jafn mikla orku," segir Ingibjörg.

Í vor, sumar og haust er ætlunin að gera aðra mælingu og sjá hvort þessi breyting á matseðli hafi áhrif.

### **Frekari rannsóknir aðkallandi**

Skimun fyrir vannæringu mun ein og sér ekki leysa vandamálið, að sögn Ingibjargar,

heldur er teymisvinna næringarfræðinga eða næringarráðgjafa, hjúkrunarfræðinga, lækna, lyfjafræðinga og annarra er koma að umönnun sjúklinga gríðarlega mikilvæg.

"Innan spítalans eru aðeins sex eða sjö stöðugildi næringarráðgjafa. Þeir geta ekki sinnt þessu verkefni einir og þurfa aðstoð," segir Ingibjörg. Hún telur einnig vert að reyna að gera sjúklinga sjálfa meðvitaða um mikilvægi næringar. "Matur er ein ódýrasta meðferðin," áréttar hún og telur að frekari rannsóknir á næringarástandi ýmissa sjúklingahópa sé einnig mjög aðkallandi.