



ONKOLOŠKI
INŠTITUT
LJUBLJANA

INSTITUTE
OF ONCOLOGY
LJUBLJANA

Ali je podhranjenost problem sodobne prehrane ?

<http://www.espen.org/video/VideoPlayer.html>

*Trendi in izzivi v živilstvu, prehrani,
gostinstvu in turizmu
Ljubljana, 26.-27.10.2010*

Nada Rotovnik Kozjek
Enota za klinično prehrano OI Ljubljana

Podhranjenost ali malnutricija

Podhranjenost ali “slaba prehranjenost” je vsako stanje, ko obstaja **pomanjkanje, prebitok oziroma neravnovesje** energije, beljakovin in drugih hraniv, ki povzroči neželene učinke na obliko telesa (in tkiv), telesne funkcije in klinični izid.





ONKOLOŠKI
INŠTITUT
LJUBLJANA

INSTITUTE
OF ONCOLOGY
LJUBLJANA

**Zakaj je podhranjenost
problem?**

Vpliv podhranjenosti na organske sisteme

- **Kognitivne funkcije**
 - (anksioznost, depresija – PEM, pomanjkanje vitaminov)
- **Skeletna mišičnina**
 - zmanjšanje mišične moči
- **Delovanje srčnožilnega sistema in ledvic:**
 - izguba srčne mišice (proporcionalno izgubi TT), $<CO$, bradikardija, hipotenzija, aritmije
 - $<RBF$, GF – povečanje ECV – edemi pri stradanju
- **Ventilacija**
 - neučinkovitost kontrakcije dihalnih mišic, težaven weaning
- **GIT**
 - motnja absorbcije
 - večja možnost MOF pri hudo podhranjenih
- **Termoregulacija**
 - izguba TT onemogoči termogenezo ob mrazu;
 - stradanje oslabi vazokonstriktorni odziv
- **Imunski sistem**
 - Zavrta nespecifična imunost, motnje delovanja komplementa
 - Motena celično posredovana imunost
 - Motena humoralna imunost zaradi motene sinteze Ig
 - Pomanjkanje učinkov $IL1$ - manjša stopnja proliferacije LY
- **Celjenje ran - upočasnjeno**



Zapleti podhranjenosti glede na izgubo puste telesne mase

Pusta telesna masa (%izgube)	zapleti	Pridružena umrljivost (%)
10	Motena imunost, povečano tveganje okužbe	10
20	Upočasnjeno celjenje ran, šibkost, okužbe	30
30	Prešibak za sedenje, preležanine, slabo celjenje ran	50
40	Smrt, pljučnica	100





ONKOLOŠKI
INŠTITUT
LJUBLJANA

INSTITUTE
OF ONCOLOGY
LJUBLJANA

**Kako se lotimo
podhranjenosti ??????**



- **Identificiramo problem**
 - **ciljna skupina**
- **Priporočila za njegovo reševanje**

Identifikacija problema

- Splošna prevalenca je 15%
- Bolniki sprejeti v bolnišnico 40% in se nato še poslabša
- 60% starostnikov v domovih za ostarele



Priporočila

- Splošna
- Za ogrožene skupine prebivalstva



Members of the European Parliament's Environment, Health and Food Safety committee voted for the third time for the European Commission to fund research and guidelines for nutritional support to tackle Europe's

'silent killer', malnutrition.

April 8, 2010, <http://www.espen.org/wp/wordpress/wp-content/uploads/2010/04/press.doc>

“Malnutrition has an adverse impact on people's health and wellbeing and represents a healthcare and societal cost equal to that of obesity. Malnutrition affects up to 50% of cancer patients and we need to ensure that nutritional care guidelines are updated to reflect the evidence base and are integrated into guidelines.”

Olle Ljungqvist, Professor of Surgery at Örebro University & Karolinska Institutet Sweden and chair of the European Nutrition for Health Alliance (ENHA) said:

STOP disease-related malnutrition and diseases due to malnutrition!

<http://espenblog.com/wp/wp-content/uploads/2009/06/declaration1.pdf>

- Osveščanje javnosti in izobraževanje
- Razvoj priporočil za prehransko podporo in njihova implementacija
- Obvezno presejanje prehranskega stanja
- Raziskave podhranjenosti
- Usposabljanje zdravstvenih delavcev
- Vključitev boja proti podhranjenosti v nacionalno prehransko politiko



Zaključek

Podhranjenost, nov problem s telesno težo

