Malnutrition

Dr. med. Franz Haller
Leitender Arzt Orthogeriatrie USB, Leitender Arzt Akute Altersmedizin UAFP

1

Inhalt

- Diagnose
- Physiologie des Alter n s mit Ernährung und Bewegung
- Ursachen
- Interventionsmöglichkeiten

2

Prävalenz

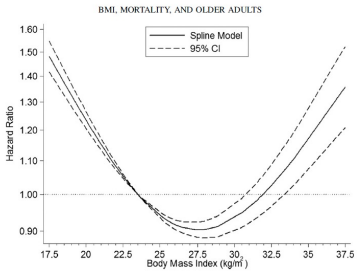
- Ambulant 6%
- Spital 22%
- Alterswohnung 18%
- Pflegeheim 29 %
- Rehabilitation 29 %

110000 Personen

Clin Nutr. 2016;35(6):1282. Epub 2016 Apr 6.

3

Prognose



- Sterblichkeit steigt bei BMI < 23kg/m2

Winter JE, et al. BMI and all-cause mortality in older adults: a meta-analysis. The American journal of clinical nutrition. 2014;99(4):875-90.

4

Mangelernährung Definition

- Appetit- und Gewichtsverlust
- Eiweissmangel
- Spezifische Nährstoffdefizite
Vitamin B12, Vitamin D

The diagnosis requires the combination of at least one phenotype and one etiologic criteria:

- Phenotype criteria
  - Non-volitional weight loss
  - low body mass index (BMI)
  - reduced muscle mass
- Etiologic criteria
  - Reduced food intake or absorption or - underlying inflammation due to acute disease/injury or chronic disease.

5

Diagnose

6

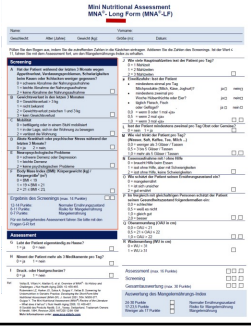
Gewichtsverlust Definition

- Geriatrie: ≥10 % in 6 Monat

Appetit und Nahrungszufuhr:
- Gewohnt
- Reduziert
- Kaum
- Keine

7

Screening Tools



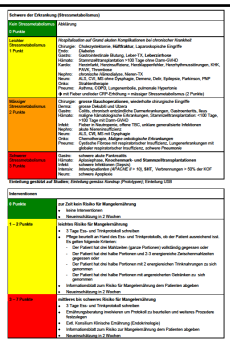
- Mini Nutritional Assessment (MNA)
- MNA (SF)
- Simplified Nutrition Assessment Questionnaire (SNAQ)
- Malnutrition Screening Tool (MST)
- Malnutrition Universal Screening Tool (MUST)

8

- NRS (Nutrition Risk Screening2002)

Für hospitalisierte Menschen

Risiko erkennen



Schwere der Erkrankung (Stressmetabolismus)	
Kein Stressmetabolismus 0 Punkte	Abklärung
Leichter Stressmetabolismus 1 Punkt	Hospitalisation auf Grund akuter Komplikationen bei chronischer Krankheit Chirurgie: Cholezystektomie, Hüftfraktur, Laparoskopische Eingriffe Gynäk.: Hysterektomie Gastro: Gastroösophageale Ulzerkrankung, Leber-TX, Leberzirrhose Hämato: Stammzelltransplantation < 100 Tage ohne Graft-GVHD Nephro: Nierenversagen, Nierenkolikanfall, Harnwegsinfekt, Hemiplegie/Hemiparese/Hemiparesen, IGNK, PAVK, Thrombose Neuro: Akutmedizin Schlaganfall, Apoplexie Pulmo: Akut COPD, Asthma, Dyspnoe, Emphysem, Cor pulmonale, Pneumonie, Dyspnoe, Pleuraerguss, Pleuraempyem, Pneumothorax, Pneumonie, Pneumonitis, Tuberkulose, Sarkoidose, Lungenfibrose, Lungenödem, Lungenkrebs, Lungenmetastasen, Lungenembolie

Ernährung

- Täglich mindestens >1,2g Protein pro kg Körpergewicht

Eier, Fleisch, Fisch, Tofu, Käse, Quark, Joghurt, Milch, Nüsse

- Nahrungsergänzungen keinen klaren Vorteil
- Appetitstimulation kein Benefit

sge Schweizerische Gesellschaft für Ernährung
ssn Société Suisse de Nutrition
ssn Società Svizzera di Nutrizione

13

Beispiele

- 6 g Eiweiß pro mittelgroßem Ei
- 13 g Eiweiß pro 100 g Quark
- 3 g Eiweiß pro 100 g Milch
- 23 g Eiweiß pro 100g Hähnchenbrust
- 35 g Eiweiß pro 100 g Käse
- 24 g Eiweiß pro 100g Fisch
- 26 g Eiweiß pro 100g Rindfleisch
- 13 g Eiweiß pro 100g Haferflocken.
- 25 g Eiweiß pro 100g Kürbiskerne.
- 3 g Eiweiß pro 100g Brokkoli.
- 24 g Eiweiß pro 100g trockener Sojabohnen.

- Proteindrink 21g/100ml

14

Fallbeispiel

Senior 70kg Bedarf ca. 90 g pro Tag

- Frühstück

150 Gramm Haferflocken 19g

100ml Milch, 50g Quark 10g

- Mittag

100g Fisch 24g, 100g Brokkoli 3g, 50 g Kürbiskerne 12,5g

- Abend:

100g Käse 35g Zusammen 105g

15

Bewegung

16

Immobilisation

- Muskulatur
- Thrombembolische Komplikationen
- Kontrakturen
- Dekubitus
- Infekte / Aspirationen
- Obstipation
- .....

17

Dieser Weg wird kein leichter sein…

18

Ursachen

Causes of weight loss in older adults

Medications (eg, digoxin, theophylline, SSRIs, antibiotics)
Emotional (eg, depression, anxiety)
Alcoholism, older adult abuse
Late-life paranoia or bereavement
Swallowing problems
Oral factors (tooth loss, xerostomia)
Nosocomial infections (eg, tuberculosis, pneumonia)
Wandering and other dementia-related factors
Hyperthyroidism, hypercalcemia, hypoadrenalism
Enteral problems (eg, esophageal stricture, gluten enteropathy)
Eating problems
Low salt, low cholesterol, and other therapeutic diets
Social isolation, stones (chronic cholecystitis)

SSRIs: selective serotonin reuptake inhibitors.

Reproduced with permission from: Morley JE: Anorexia of aging: physiologic and pathologic. Am J Clin Nutr 1997; 66:760. Copyright ©1997 American Society for Nutrition.

UpToDate®

19

Demenz / Dimensionen der Störungen

- Lernen und Gedächtnis
- Sprache
- Exekutive Funktionen
- Visuokonstruktive-perzeptuelle Fähigkeiten
- Aufmerksamkeit
- Soziale Kognition

20

Depression

- Lebensprävalenz 15%

Screening: Zwei-Fragen-Test
1. Fühlten Sie sich im letzten Monat häufig niedergeschlagen, traurig bedrückt oder hoffnungslos?
2. Hatten Sie im letzten Monat deutlich weniger Lust und Freude an Dingen, die Sie sonst gerne tun?

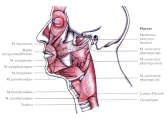
21

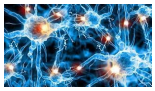
Demenz vs. Depression

Demenz	Depression
• Schleichender Beginn	• Subakuter Beginn
• Bagatellisierung	• Aggravation
• Orientierung gestört	• Orientierung gut
• Umständlich	• Denkhemmung
• affektlabil	• Depressiv stabil oder morgentief

22

Dysphagie





- Stroke
- Parkinson
- Demenz
- Oropharyngeale Dysphagie/Strukturelle Ursache

23

Internistische Diagnosen

- Tumor: Gastrointestinal, Lunge, Lymphom
- Endokrinologie: Hyperthyreose, Diabetes, Zöliakie
- Fortgeschrittene Herz-, Nieren-, Lungeninsuffizienz

24

Polypharmazie

- Benzodiazepine, Opioide
- Antibiotika
- Antihypertensiva
- Antidiabetika
- Neuroleptika, SSRI,…

25

Polypharmaziecheck

1. T eile zusammenführen
2. R olle rückwärts
3. I ndikation
4. C aution/Gefahrencheck
5. K ontrolle

In Berücksichtigung Patientenwunsch/Situation

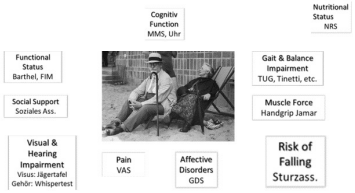
26

Soziale Faktoren

Isolation
Armut
Alkohol

27

Gezielte Diagnostik



28

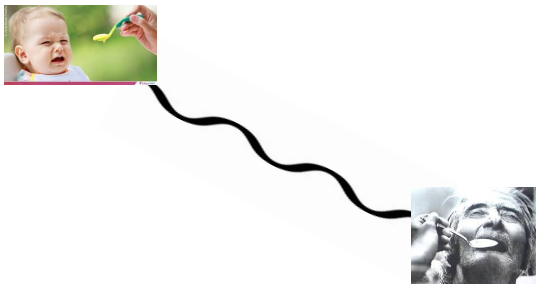
29

Therapie

- Ursache (n) behandeln
- Ernährung anpassen
- Verlaufskontrolle

- Mahlzeitendienst
- Haushaltshilfe, Tagesklinik
- Mundgesundheit, Logopädie
- Ggf. Tumorabklärung
- Medikamentencheck
- Nahrung incl. Protein

30



31

Zukunft: Food Scanner

- Individuell das Essen monitorisieren

Vitalparameter Essverhalten

32

Fazit:

- Demenz
- Depression
- Dysphagie
- Internistische Ursache
- Polypharmazie
- Soziale Isolation

- Mahlzeitendienst
- Haushaltshilfe, Tagesklinik
- Mundgesundheit, Logopädie
- Ggf. Tumorabklärung
- Medikamentencheck
- Nahrung incl. Protein

D_3IPS

33

FRAGEN?

Herzlichen DANK für Ihre Aufmerksamkeit

34