



goed gevoed  
**ouder worden**

Door Emmelyne, Anita en Josette



# Even voorstellen

- Emmelyne Vasse, Kenniscentrum Ondervoeding
- Josette van Loon, Samergo
- Anita Lahuis, Proscop



# Goed gevoed ouder worden hét verschil tussen vitaliteit en kwetsbaarheid



# Hoe vaak komt (risico op) ondervoeding voor?

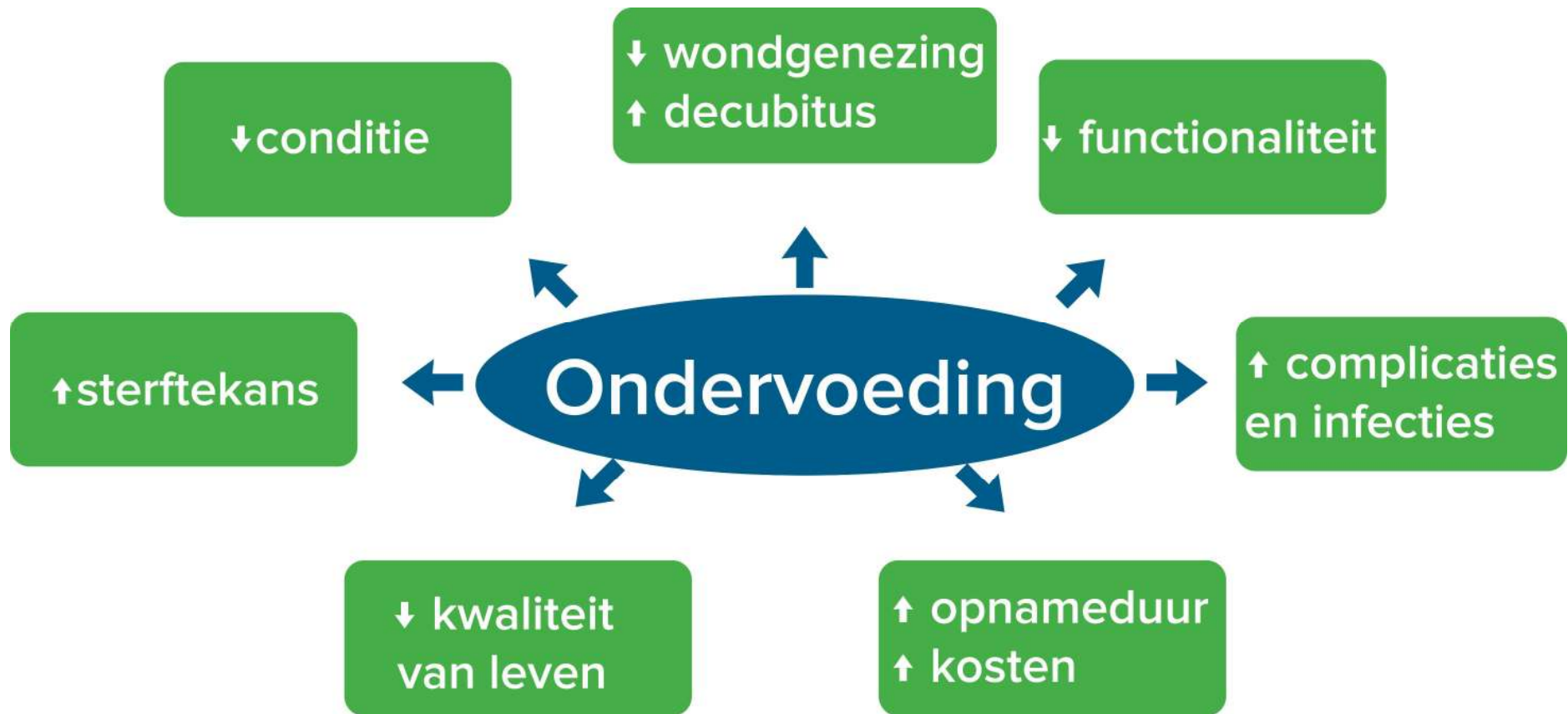
- 65+ ers: 10%
- Cliënten thuiszorg/kwetsbare ouderen: 15 - 25%
- 80+ ers met thuiszorg: > 30%
- afdeling Geriatrie ziekenhuis: 38%





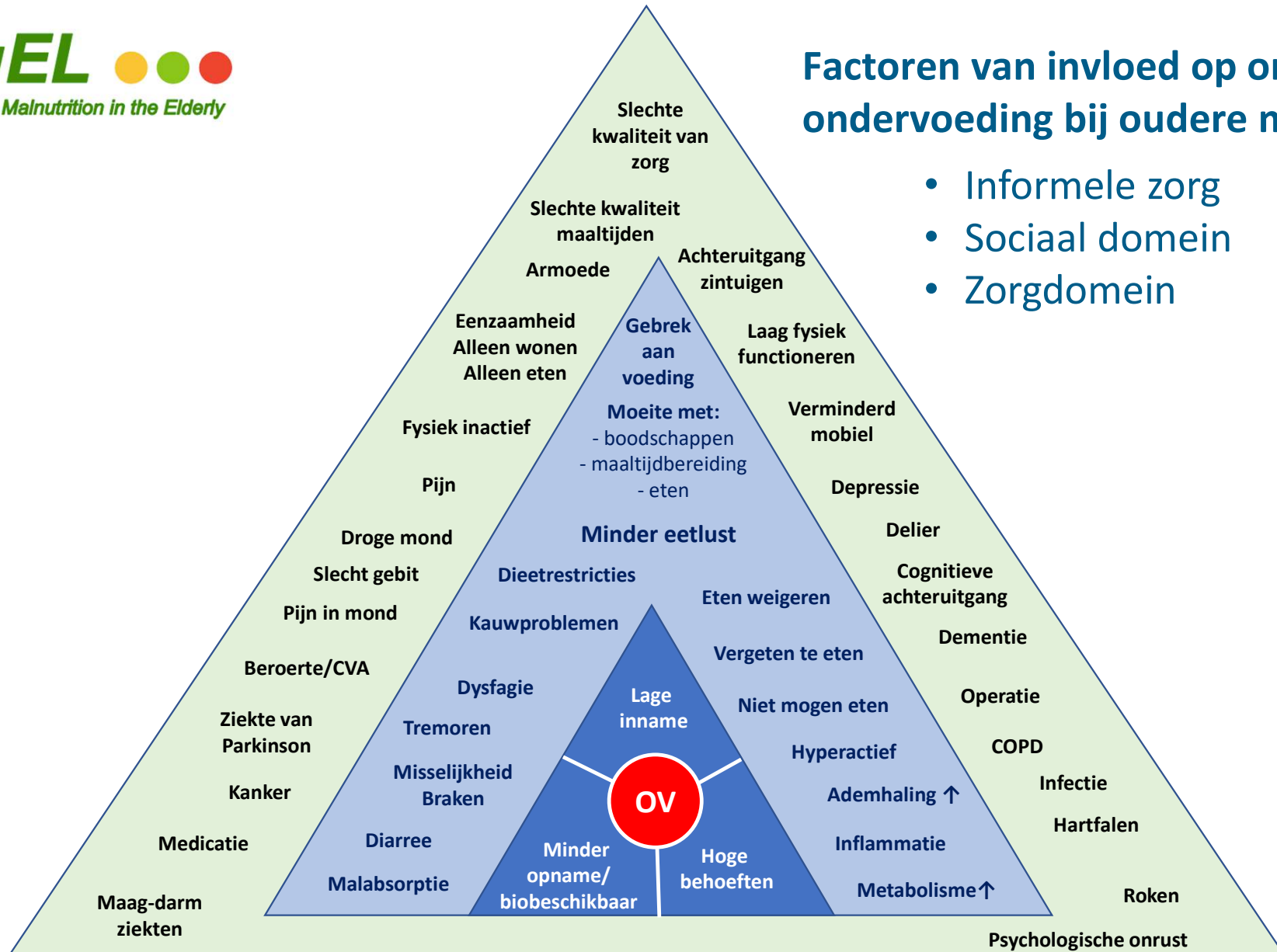
Hét multidisciplinaire kenniscentrum op het gebied van bewustwording, preventie, signalering en behandeling van ondervoeding.





## Factoren van invloed op ontstaan van ondervoeding bij oudere mensen

- Informele zorg
- Sociaal domein
- Zorgdomein





**GALA**

*Gezond en Actief Leven Akkoord*

## Vitaal ouder worden



### Gezond voedingspatroon bij ouderen

**Beoogd resultaat:**

Ondervoeding bij ouderen wordt vroegtijdiger gesignaleerd door zorgprofessionals en professionals in het sociaal domein.



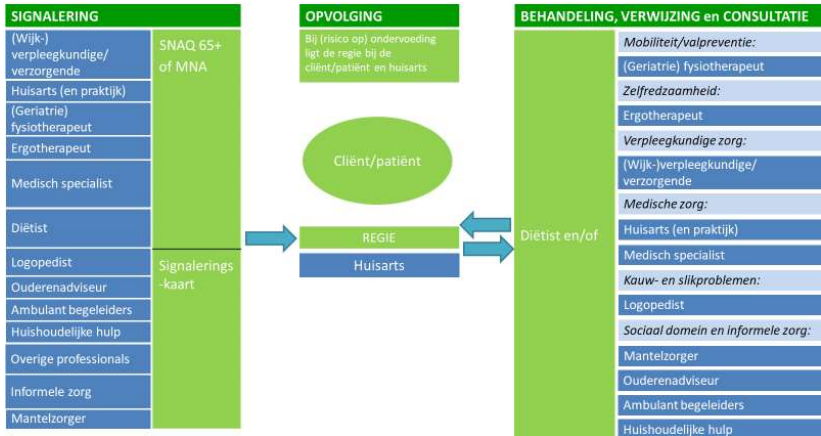
# Ondervoeding kwetsbare ouderen regio Zwolle -Apeldoorn



## Ondervoeding kwetsbare ouderen regio Zwolle -Apeldoorn

- Uitrol: lokaal → regionaal
- Regionale werkgroep
- Vooral via S1/coördinerende verpleegkundige
- Aansluiten bij bestaande overlegstructuur
- Lokaal plan van aanpak met inzet van tools

# Zorgpad



# Lokaal stappenplan

The infographic outlines six steps for a local action plan for malnutrition:

- 1. Inventarisatie:** Het doel is om goed te weten van het aantal, ligging en behoeften van ondervoeding. Deze informatie is (1) te vinden in het lokale (2) (3) (4) (5) (6) (7) (8) (9) (10) (11) (12) (13) (14) (15) (16) (17) (18) (19) (20) (21) (22) (23) (24) (25) (26) (27) (28) (29) (30) (31) (32) (33) (34) (35) (36) (37) (38) (39) (40) (41) (42) (43) (44) (45) (46) (47) (48) (49) (50) (51) (52) (53) (54) (55) (56) (57) (58) (59) (60) (61) (62) (63) (64) (65) (66) (67) (68) (69) (70) (71) (72) (73) (74) (75) (76) (77) (78) (79) (80) (81) (82) (83) (84) (85) (86) (87) (88) (89) (90) (91) (92) (93) (94) (95) (96) (97) (98) (99) (100) (101) (102) (103) (104) (105) (106) (107) (108) (109) (110) (111) (112) (113) (114) (115) (116) (117) (118) (119) (120) (121) (122) (123) (124) (125) (126) (127) (128) (129) (130) (131) (132) (133) (134) (135) (136) (137) (138) (139) (140) (141) (142) (143) (144) (145) (146) (147) (148) (149) (150) (151) (152) (153) (154) (155) (156) (157) (158) (159) (160) (161) (162) (163) (164) (165) (166) (167) (168) (169) (170) (171) (172) (173) (174) (175) (176) (177) (178) (179) (180) (181) (182) (183) (184) (185) (186) (187) (188) (189) (190) (191) (192) (193) (194) (195) (196) (197) (198) (199) (200) (201) (202) (203) (204) (205) (206) (207) (208) (209) (210) (211) (212) (213) (214) (215) (216) (217) (218) (219) (220) (221) (222) (223) (224) (225) (226) (227) (228) (229) (230) (231) (232) (233) (234) (235) (236) (237) (238) (239) (240) (241) (242) (243) (244) (245) (246) (247) (248) (249) (250) (251) (252) (253) (254) (255) (256) (257) (258) (259) (260) (261) (262) (263) (264) (265) (266) (267) (268) (269) (270) (271) (272) (273) (274) (275) (276) (277) (278) (279) (280) (281) (282) (283) (284) (285) (286) (287) (288) (289) (290) (291) (292) (293) (294) (295) (296) (297) (298) (299) (300) (301) (302) (303) (304) (305) (306) (307) (308) (309) (310) (311) (312) (313) (314) (315) (316) (317) (318) (319) (320) (321) (322) (323) (324) (325) (326) (327) (328) (329) (330) (331) (332) (333) (334) (335) (336) (337) (338) (339) (340) (341) (342) (343) (344) (345) (346) (347) (348) (349) (350) (351) (352) (353) (354) (355) (356) (357) (358) (359) (360) (361) (362) (363) (364) (365) (366) (367) (368) (369) (370) (371) (372) (373) (374) (375) (376) (377) (378) (379) (380) (381) (382) (383) (384) (385) (386) (387) (388) (389) (390) (391) (392) (393) (394) (395) (396) (397) (398) (399) (400) (401) (402) (403) (404) (405) (406) (407) (408) (409) (410) (411) (412) (413) (414) (415) (416) (417) (418) (419) (420) (421) (422) (423) (424) (425) (426) (427) (428) (429) (430) (431) (432) (433) (434) (435) (436) (437) (438) (439) (440) (441) (442) (443) (444) (445) (446) (447) (448) (449) (450) (451) (452) (453) (454) (455) (456) (457) (458) (459) (460) (461) (462) (463) (464) (465) (466) (467) (468) (469) (470) (471) (472) (473) (474) (475) (476) (477) (478) (479) (480) (481) (482) (483) (484) (485) (486) (487) (488) (489) (490) (491) (492) (493) (494) (495) (496) (497) (498) (499) (500) (501) (502) (503) (504) (505) (506) (507) (508) (509) (510) (511) (512) (513) (514) (515) (516) (517) (518) (519) (520) (521) (522) (523) (524) (525) (526) (527) (528) (529) (530) (531) (532) (533) (534) (535) (536) (537) (538) (539) (540) (541) (542) (543) (544) (545) (546) (547) (548) (549) (550) (551) (552) (553) (554) (555) (556) (557) (558) (559) (560) (561) (562) (563) (564) (565) (566) (567) (568) (569) (570) (571) (572) (573) (574) (575) (576) (577) (578) (579) (580) (581) (582) (583) (584) (585) (586) (587) (588) (589) (590) (591) (592) (593) (594) (595) (596) (597) (598) (599) (600) (601) (602) (603) (604) (605) (606) (607) (608) (609) (610) (611) (612) (613) (614) (615) (616) (617) (618) (619) (620) (621) (622) (623) (624) (625) (626) (627) (628) (629) (630) (631) (632) (633) (634) (635) (636) (637) (638) (639) (640) (641) (642) (643) (644) (645) (646) (647) (648) (649) (650) (651) (652) (653) (654) (655) (656) (657) (658) (659) (660) (661) (662) (663) (664) (665) (666) (667) (668) (669) (670) (671) (672) (673) (674) (675) (676) (677) (678) (679) (680) (681) (682) (683) (684) (685) (686) (687) (688) (689) (690) (691) (692) (693) (694) (695) (696) (697) (698) (699) (700) (701) (702) (703) (704) (705) (706) (707) (708) (709) (710) (711) (712) (713) (714) (715) (716) (717) (718) (719) (720) (721) (722) (723) (724) (725) (726) (727) (728) (729) (730) (731) (732) (733) (734) (735) (736) (737) (738) (739) (740) (741) (742) (743) (744) (745) (746) (747) (748) (749) (750) (751) (752) (753) (754) (755) (756) (757) (758) (759) (760) (761) (762) (763) (764) (765) (766) (767) (768) (769) (770) (771) (772) (773) (774) (775) (776) (777) (778) (779) (780) (781) (782) (783) (784) (785) (786) (787) (788) (789) (790) (791) (792) (793) (794) (795) (796) (797) (798) (799) (800) (801) (802) (803) (804) (805) (806) (807) (808) (809) (810) (811) (812) (813) (814) (815) (816) (817) (818) (819) (820) (821) (822) (823) (824) (825) (826) (827) (828) (829) (830) (831) (832) (833) (834) (835) (836) (837) (838) (839) (840) (841) (842) (843) (844) (845) (846) (847) (848) (849) (850) (851) (852) (853) (854) (855) (856) (857) (858) (859) (860) (861) (862) (863) (864) (865) (866) (867) (868) (869) (870) (871) (872) (873) (874) (875) (876) (877) (878) (879) (880) (881) (882) (883) (884) (885) (886) (887) (888) (889) (890) (891) (892) (893) (894) (895) (896) (897) (898) (899) (900) (901) (902) (903) (904) (905) (906) (907) (908) (909) (910) (911) (912) (913) (914) (915) (916) (917) (918) (919) (920) (921) (922) (923) (924) (925) (926) (927) (928) (929) (930) (931) (932) (933) (934) (935) (936) (937) (938) (939) (940) (941) (942) (943) (944) (945) (946) (947) (948) (949) (950) (951) (952) (953) (954) (955) (956) (957) (958) (959) (960) (961) (962) (963) (964) (965) (966) (967) (968) (969) (970) (971) (972) (973) (974) (975) (976) (977) (978) (979) (980) (981) (982) (983) (984) (985) (986) (987) (988) (989) (990) (991) (992) (993) (994) (995) (996) (997) (998) (999) (1000).



# Presentatie

- Informatie over ondervoeding (wat is het? prevalentie, oorzaken, gevolgen, signaleren)
- Gesprek erover en vervolgstappen bespreken

# Signaleringskaart

The signaling cards include the following information:

- Signaleringskaart ondervoeding kwetsbare ouderen**
- Signaleren van ondervoeding bij kwetsbare ouderen**
- Wat kunt u doen met deze signaleringskaart?**  
Deze kaart kan u helpen om signalen van ondervoeding te herkennen en te bespreken.
- Onbedoeld gewichtsverlies:**
  - Kleding is ruimer gaan zitten
  - De riem zit een beetje strakker
  - Het horloge om de pols zit losser
  - Ring zit los om de vinger
  - Het gewicht is ongewenst > 4 kg gedaald (binnen 6 maanden)
- Verminderde eetlust:**
  - Geeft aan dat het eten niet smaakt/niet lekker is
  - Eten en drinken blijft staan
  - De koelkast blijft vol/leeg of bevat producten waarvan de houdbaarheidsdatum is verstreken
  - Aangebroken kleine porties blijven staan
- Zelfstandigheid:**
  - Heeft hulp nodig bij het halen van de boodschappen
  - Heeft hulp nodig bij de maaltijdbereiding
  - Heeft hulp nodig van anderen bij het eten en drinken
- Overige signalen:**
  - Geeft aan het voortdurend koud te hebben
  - Kauwen gaat moeilijker (niet passend gebit), problemen met mond
  - Is meer vermoeid
  - Heeft toegenomen moeite met het opstaan, lopen en traplopen

# Rotterdam. Samergo

---

Bewustwording realiseren door samenwerkingen.



# Signaleringskaart



Deze kaart helpt om signalen van ondervoeding te herkennen en te bespreken

## Onbedoeld gewichtsverlies

- Kleding zit nauwer
- Ring zit los om de vinger
- Het borstelje om de pols zit losser
- De broekriem moet een beetje strakker
- Het gewicht is ongewaamd > 4 kg gedaald (binnen 6 maanden)



## Verminderde eetlust

- De oudere is meestal minder gaan eten
- Eten en drinken blijft staan
- Het eten smaakt niet/te niet lekker
- De kwaliteit is laag/NIET vol of bevat etenswaren die over de datum zijn



## Verminderde zelfstandigheid

- De oudere komt het huis niet meer uit
- Hij of zij kan niet meer zelfstandig:
  - eten en/of drinken
  - bukken
  - boodschappen doen

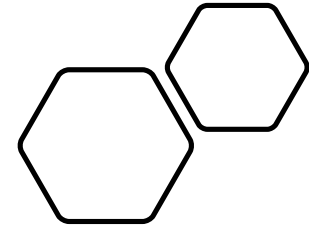
## Kauwen en slikken

- Eten komt meer tijd
- Moeite tijdens of na het eten en drinken
- Kauwen gaat moeilijker (niet passend gebit)
- Het onthouden van eet- en drinkmomenten



## Overige signalen

- Bleke huid, duffe ogen
- De oudere heeft het voortdurend hoofd
- Hij of zij is meer vermoeid
- Opstaan, lopen en traplopen gaan moeilijker





# Samenwerking met:

Gemeente Rotterdam

Dc 010

Kenniscentrum ondervoeding

# Quiz vragen

- Wat zijn signalen van ondervoeding?
- Wat is de invloed van het gebit op het eten?
- Ziet u zelf haakjes om ondervoeding lokaal te agenderen?