



www.zorgvoorbeter.nl

Kennisplein voor verpleging, verzorging, zorg thuis en eerstelijns

[Home](#) > [Nieuws](#) > [Nieuws 2019](#) > [januari](#) > [Nieuwe criteria voor vaststellen ondervoeding](#)



Nieuwe criteria voor vaststellen ondervoeding

// 14/01/2019

Hoe stel je vast of er bij jouw cliënt sprake is van ondervoeding? In het najaar van 2018 zijn er nieuwe consensuscriteria gepresenteerd die je hierbij helpen. Deze criteria bestaan uit twee stappen, allereerst een screening en vervolgens het stellen van een diagnose.

In de screening ga je na of er sprake is van verhoogd risico op ondervoeding. Gebruik voor de screening een gevalideerd screeningsinstrument.

- [Bekijk hier enkele voorbeelden voor het screenen van ondervoeding](#)

Diagnose

In de tweede stap stel je de diagnose 'ondervoeding'. Doe dat op basis van twee verschillende soorten factoren:

- 1 Een kenmerkende factor zoals onbedoeld gewichtsverlies, een laag BMI of verminderde spiermassa.
- 2 Een oorzakelijke factor zoals verminderde voedingsinname of -opname, of een ziekte of ontsteking.

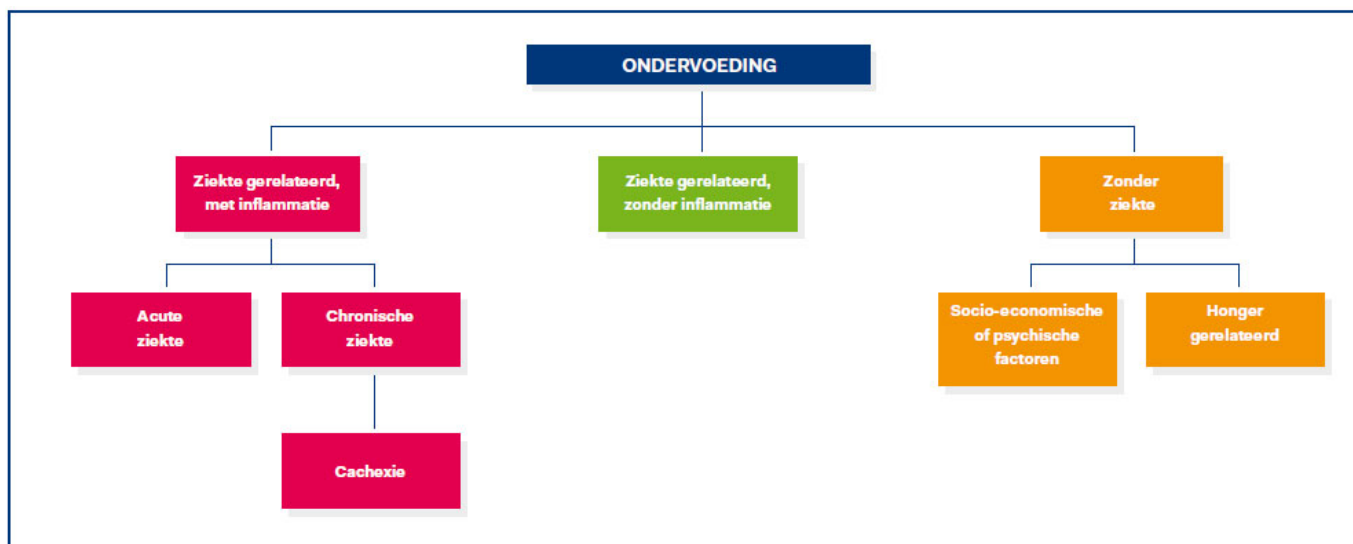


Is er sprake van minimaal één kenmerkende en één oorzakelijke factor? Dan kun je stellen dat er sprake is van ondervoeding. Vervolgens kijk je of je te maken hebt met ernstige ondervoeding of matige ondervoeding.

Oorzaken in 3 categorieën

Het is raadzaam om de ondervoeding te categoriseren aan de hand van oorzaak. Hiervoor zijn drie categorieën getypeerd:

- 1 Een chronische ziekte met ontsteking (inflammatie)
- 2 Een chronische ziekte met weinig tot geen ontsteking
- 3 Geen ziekte, de ondervoeding wordt dan veroorzaakt door bijvoorbeeld socio-economische of omgevingsfactoren.



Nieuwe criteria lage spiermassa

Ook voor sarcopenie (de afname van spiermassa en spierkracht) zijn nieuwe criteria opgesteld. Ook hier volg je de twee stappen 'screening' en 'diagnose'.

STAP 1: SCREENING

Voor de screening op het risico op sarcopenie wordt de SARC-F vragenlijst geadviseerd. Dit is een vragenlijst met vijf items die een cliënt zelf of samen met een zorgverlener kan invullen. De vragen gaan bijvoorbeeld over hoeveel moeite het kost om iets op te tillen.

STAP 2: DIAGNOSE

Bij het stellen van de diagnose kijk je of er sprake is lage spierkracht, lage spiermassa of spierkwaliteit en een laag fysiek functioneren. In de onderstaande tabel zie je hoe je dit kunt meten.

	Methoden voor de klinische praktijk	Methoden voor onderzoek
Screening	SARC-F	
Spierkracht	Handknijpkracht (mannen < 27 kg en vrouwen < 16 kg) Zit-sta-test vanuit stoel (> 15 sec voor 5x opstaan)	
Spiermassa en spierkwaliteit ASM: Mannen < 20 kg Vrouwen < 5 kg ASM/lengte ² : Mannen < 7,0 kg/m ² Vrouwen < 6,0 kg/m ²	<ul style="list-style-type: none"> DEXA (meting van appendiculaire skeletspiermassa (ASM)) BIA (schatting van de totale skeletspiermassa (SMM) of de ASM*) Kleuren van de spiermassa op een dwarsdoorsnede MRI of CT-scan 	<ul style="list-style-type: none"> Kleuren van de SMM van het hele lichaam of ASM met MRI Kleuren cross-sectioneel oppervlak van mid-dijbeen of het lumbale wervelniveau met CT-scan of MRI Spierkwaliteit met spierbiopsie, CT, MRI of Magnetic Resonance Spectroscopy (MRS)
Fysiek functioneren	<ul style="list-style-type: none"> Loopsnelheid (≤ 0,8 m/sec) Short Physical Performance Battery (SPPB) (≤ 8 punten) Time up and go (TUG) (≥ 20 sec) 400 meter looptest (niet afgemaakt of ≥ 6 minuten) 	
<p>* Berekend met de Sergi-formule⁸: appendiculaire skeletspiermassa (ASM) (kg) = -3,964 + (0,227 x Resistance Index) + (0,095 x gewicht) + (1,384 x geslacht (man = 1, vrouw = 0)) + (0,064 x Reactance).</p>		

[Lees meer over deze nieuwe criteria en bekijk handige tabellen.](#) ↗

VERSCHILLEN EN OVERLAP TUSSEN ONDERVOEDING EN SARCOPENIE

Ondervoeding en sarcopenie zijn twee verschillende aandoeningen. Bij ondervoeding zijn de voedingsinname en het verbruik niet in balans. Dit treft het hele lichaam. Bij sarcopenie is sprake van verminderde spierkracht, deze aandoening treft dus alleen de spieren. Ondervoeding kan echter wel leiden tot sarcopenie, een cliënt kan dus beide aandoeningen tegelijkertijd hebben. Wees dus alert op beide aandoeningen en kijk goed of een cliënt met ondervoeding niet óók aan sarcopenie lijdt.

LEES MEER OP ZORG VOOR BETER

Ondervoeding signaleren



Ondervoeding herkennen



Ervaringen van zorgmedewerkers



Reageer 