



login:  
  
 lozinka:  
  
 Prijava  
 Ne sjećam se lozinke

## Vijesti i informacije

### Međunarodna gerontološka web konferencija i Hrvatska gerontološka stvaraonica o prehranbenim normama za starije osobe u Hrvatskoj

Spomenka Tomek-Roksandić

Centar za gerontologiju ZJZ "Dr A. Štampar"

U Zagrebu 16.03.2010. od 14,45 do 17,45 sati u hotelu Dubrovnik održana je Međunarodna gerontološka web konferencija i Hrvatska gerontološka stvaraonica o prehranbenim normama za starije osobe u Hrvatskoj.

Osnova predavanja konferencije i gerontološke stvaraonice činila je tema utvrđivanja, praćenja, evaluacije i legislativne primjene prehranbenih normi za starije osobe u Hrvatskoj u odnosu na svjetska iskustva iz gerijatrije i prehrane za starije.

Predavanja koja su održali prof.dr.sc. Bruno Vellas, gerijatar sa Sveučilišta u Toulouse-u u Francuskoj, predsjedavatelj Gerontopola te prof.dr.sc. Alan Sinclair (profesor gerijatar na Sveučilištu u Bedfordshire-u u Velikoj Britaniji, bivši predsjednik Europskog udruženja Društva za gerijatrijsku medicinu 2001-2005.), odnosila su se na bitne činjenice vezane uz prehranu tijekom dugotrajne gerijatrijske zdravstvene njege i gerijatrijskog liječenja, na hospitalizaciju gerijatrijskih bolesnika te međusobnu povezanost dijabetesa i lošeg nutritivnog statusa u starijih. Pokazano je da su starenje i prehrana usko povezani, osobito u procesu nastanka bolesnog starenja, a da se taj odnos proteže od činjenice da sama prehrana modulira proces starenja do promjena u unosu hrane, genetskom materijalu, bjelančevinama i procesima razgradnje i apsorpcije uzrokovane i fiziološkim starenjem. Prisutne su individualne promjene u gerijatrijskog bolesnika u okusu i mirisu, želučanoj pokretljivosti, bakterijskoj translokaciji te promjene u lučenju gastrointestinalnih hormona koji su temelj za stvaranje fiziološke anoreksije u starosti, odnosno - pothranjenosti. Sve ove promjene mogu biti povezane s promjenama u nutritivnom statusu, tjelesnoj masi, kognitivnoj funkciji te razinama interleukina 6 (IL 6) i C-reaktivnog proteina (CRP), što sve vodi ka subjektivnoj oslabljenosti i pothranjenosti gerijatrijskog bolesnika.

Na stvaraonici koja je priređena uz podršku Abbott Nutrition-a, su kao koordinatori sudjelovali: prof. dr. Željko Krznarić, predsjednik Hrvatskog društva za parenteralnu i enteralnu prehranu Hrvatskog liječničkog zbora, dr.sc. Darija Vranešić Bender, nutricionist, dopredsjednica istog društva, prim. dr.sc. Spomenka Tomek-Roksandić, prva dopredsjednica Hrvatskog društva za gerontologiju i gerijatriju Hrvatskog liječničkog zbora, prof. dr.sc. Antoinette Kaić-Rak, voditeljica ureda Svjetske zdravstvene organizacije u Hrvatskoj, te prof. dr.sc. Nina Smolej Narančić, antropolog iz Instituta za antropologiju. Skupu je prisustvovalo 70-ak, što članova oba Društva, što liječnika i medicinskih sestara koji svakodnevno liječe i pružaju gerijatrijsku zdravstvenu njegu gerijatrijskim bolesnicima.

Prim.dr.sc. Spomenka Tomek-Roksandić u svom predavanju istaknula je pothranjenost u starijih koja nije dovoljno prepoznata i kao takva se ne liječi. Zbog svojih posljedica ima značajan utjecaj na rastuće troškove gerijatrijske zdravstvene njege i gerijatrijskog liječenja. Uz to, pothranjenost je povezana sa značajnim smanjenjem pokretljivosti, povećanjem nemoći i smanjenom kvalitetom života i funkcionalnom onesposobljenošću gerijatrijskih osiguranika. Govorila je o provedenom gerontoantropološkom istraživanju kojim je utvrđena podudarnost svrstavanja starijih ispitanika u kategorije uhranjenosti na temelju dvaju definicija: indeksom tjelesne mase i opsegom struka. Pri tome je BMI sveden na 3 kategorije: prva do vrijednosti 25 (mršavost i normalna uhranjenost), druga od 25 do 29,9 (tzv. prekomjerna težina) i treća od 30 na više (pretilost). Zanimljiva je bila 2. kategorija u kojoj čak 55% muškaraca i 32% žena, koji se prema BMI smatraju prekomjerno teškima, ne spada u tu kategoriju definiranu opsegom struka. To može dijelom biti posljedica prirode indeksa tjelesne mase koji ne opisuje raspodjelu masti u tijelu, ali svakako upućuje na to da je za osobe starije dobi potrebno razmotriti graničnu vrijednost indeksa tjelesne mase od 25 kg/m<sup>2</sup> do koje se osobu smatra normalno uhranjenom. Ta je naime vrijednost preporučena za odraslu dob općenito, ali ta granica za starije osobe nije odgovarajuća, što potvrđuju i svjetski antropološki argumenti za graničnu vrijednost od 27 pa čak i za vrijednost 29 za starije, kao normalno uhranjene.

Procjena nutritivnog rizika korištenjem validiranih antropometrijskih alata za procjenu ne provodi se rutinski i to ima za posljedicu neadekvatnu i gerijatrijsku zdravstvenu njegu i liječenje u gerijatriji, istaknule su i dr.sc. Darija Vranešić Bender i prof.dr.sc. Nina Smolej Narančić. Čak i u zapadnim industrijaliziranim društvima, veliki broj starijih osoba izložen je riziku od pothranjenosti, a većina takvih starijih osoba živi u zajednici.

Zaključeno je da je potrebno razviti edukacijske strategije kako bi se osnažila primjena nutritivnog „screeninga“ za starije i otkrilo te primjereno liječilo pothranjene gerijatrijske osiguranike, kojima bi najviše pomogla nutritivna intervencija uz nužnost izradbe prehranbenih normi za starije, poglavito za starije osobe u domovima za starije.

U raspravi koja je uslijedila pod vodstvom prof.dr.sc. Željka Krznarića nakon navedenih predavanja, zaključeno je o nužnosti utvrđivanja, praćenja, evaluacije i legislativne primjene prehranbenih normi za starije. Potrebna je izradba, implementacija i legislativno provođenje smjernica za prehranu starije populacije, koje bi bile javne i obvezujuće. Nadalje, naglašeno je da su trenutno na snazi minimalni standardi napravljeni unazad 20-ak godina, te da je krajnje neophodna izrada novih prehranbenih normi za starije. Bilo je mnogo rasprave o *dekubitusima*, koji su, rečeno je, *uz pneumonije najčešći uzrok smrtnosti osoba starije životne dobi*. Kad se kod starije osobe dogodi dekubitus, znači da je pothranjenost već prisutna. U cilju geroprofilakse, primarna je uloga stanja uhranjenosti u gerijatrijskih osiguranika. Prezentiran je i Program Centra za gerontologiju ZJZ «Dr A. Štampar» i Hrvatske komore medicinskih sestara o izradbi normi za gerijatrijsku zdravstvenu njegu te je pri tome vrlo jasno naglašen problem nedostatka zdravstvenog kadra, kako u bolnicama tako i u domovima za starije, gdje se i pruža gerijatrijska zdravstvena njega.