



# Covid-19 en Voeding

# Voedingsproblematiek bij Covid



Covid-19 patiënten hebben veel moeite om aan hun voedingsinname te voldoen. Hierdoor gaat de voedingstoestand sterk achteruit. Oorzaken:

- Acute ziekte, inflammatie en koorts: verhoogd energieverbruik.
- Verminderde energie-inname t.g.v. verminderde eetlust en klachten.
- Daarnaast verminderde activiteit.
- Ademhalingsproblemen en vermoeidheid: eten kost veel energie.

Gevolg: spiermassaverlies en ondervoeding.

# Herstel



Na ziekte thuis/ziekenhuis/IC opname zal een lange revalidatie nodig zijn.

- (Kilo's) Spiermassa verlies
- Slechte voedingstoestand / ondervoeding
- Voedingsgerelateerde klachten
  - Verminderde eetlust
  - Verminderde smaak
  - Moeite met eten/slikken/kauwen
  - Kortademigheid, vermoeidheid
  - Maagdarmklachten

Dit alles heeft veel invloed op de algehele gezondheid en functionaliteit van de patiënt.



## Diëtist inschakelen bij:

- (Risico) op ondervoeding, indien;
  1. (verandering in) lichaamssamenstelling ( $\geq 5\%$  gewichtsverlies en/of een te lage BMI en/of spierverlies), in combinatie met;
  2. Een oorzakelijke factor (ziekte/inflammatie en/of lage inname en/of maldigestie/malabsorptie)
- Krachtverlies en/of verminderde conditie.
- Slikproblemen en andere problemen rondom voedingsinname (smaak-, reuk-, kauw-.
- Maagdarmproblemen.
- Decubitus.

# Behandeldoelen Diëtist



- Optimaliseren voedingsinname (conform berekende behoefte).
- Stimuleren van de optimale combinatie van voeding en beweging.
- Verbeteren voedingstoestand, spiermassa/ lichaamssamenstelling en functionaliteit en/of voorkomen van verdere verslechtering van de voedingstoestand.
- Verbeteren kwaliteit van leven.

# Multidisciplinair Behandelplan



- Diëtist
  - Minimaal 100% van de energiebehoefte en eiwitbehoefte. In de meeste gevallen betekent dit een energie- en eiwitverrijkt dieet (praktische adviezen; meerdere eiwitrijke maaltijden, eiwitrijke tussendoortjes, etc.).
  - Indien nodig aanvraag medische voeding.
  - Advies over voedingsgerelateerde klachten (verminderde eetlust, vermoeidheid, slikklachten, kauwproblemen, verminderde smaak).

# Multidisciplinair Behandelplan



- Diëtist en ergotherapeut
  - Praktisch advies rondom voedingsgerelateerde klachten (bijvoorbeeld gebruik rietjes, plastic servies, vloeibare voeding, etc.).

# Multidisciplinair Behandelplan



- Diëtist en fysiotherapeut
  - Advies voeding voor-, tijdens- en na de training om optimale omstandigheden te creëren voor spieropbouw.