



diëtistenpraktijk

**Alimentum**

medisch • leefstijl • sport

# Voeding voor ouderen

Nationaal V&VN Diabetescongres

‘De kwetsbare mens met diabetes’

Sanne de Wit, diëtist

# Inhoud

- Voeding bij het ouder worden
- Aandachtspunten
- Eiwit(ver)rijk(t)
- Voorbeeld uit de praktijk
- Diëtist inschakelen en vergoeding
- Afsluiting

Diëtistenpraktijk

Stimmentum

# Even opwarmen – welk brood is gezonder?

A (hand omhoog)



B (hand omlaag)



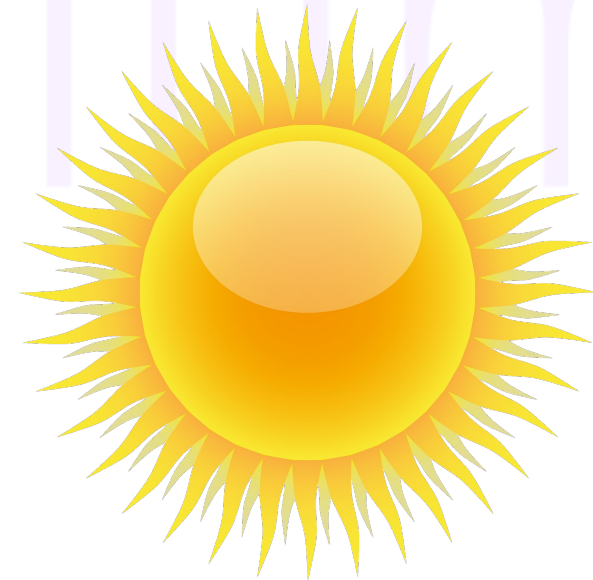
# Rol voeding bij het ouder worden

- Financiën, koken, boodschappen
  - Sociale aspect
  - Slecht zich, cognitie
  - Hygiëne
  - Kennis
- 
- Voeding en gezond eten zijn extra belangrijk voor mensen met diabetes



# Aandachtspunten

- Stofwisseling daalt
- Aandacht voor vitamine D
- Onderliggend lijden zoals wond of infectie. Dan andere bloedsuikerwaarden.



- 
-  250 gram groente
  -  2 porties fruit
  -  3-4 bruine / volkoren boterhammen
  -  3 opscheplepels volkoren graanproducten of 3 aardappelen 
  -  1 portie vis / peulvruchten / vlees / ei 
  -  15 gram ongezouten noten
  -  4 porties zuivel
  -  40 gram kaas
  -  35 gram smeer- en bereidingsvetten
  -  1,5-2 liter vocht 

di

- 
-  250 gram groente
  -  2 porties fruit
  -  4-6 bruine / volkoren boterhammen
  -  4 opscheplepels volkoren graanproducten of 4 aardappelen 
  -  1 portie vis / peulvruchten / vlees / ei 
  -  15 gram ongezouten noten
  -  4 porties zuivel
  -  40 gram kaas
  -  55 gram smeer- en bereidingsvetten
  -  1,5-2 liter vocht 

# Extra aanvullingen

- Eiwitverrijking
- Screenen van de voedingstoestand: SNAQ 65 +
- Overleggen met behandelde laars

## SNAQ<sup>65+</sup>

1	gewichtsverlies	minder dan 4 kg		4 kg of meer
2	bovenarmomtrek	25 cm of meer		minder dan 25 cm
3	eetlust en functionaliteit	goede eetlust en/of functionaliteit	weinig eetlust én verminderde functionaliteit	
4	behandelbeleid	niet ondervoed	risico op ondervoeding	ondervoed

# Eiwitrijke producten uit de supermarkt

Worden niet vergoed door de zorgverzekeraar



Vifit: 5,2 g E per 100 ml



Breaker high protein: 7 g E per 100 ml



Bouwsteentjes: 8 g per stuk



Skyr en kwark: 9-11 g E per 100 ml



Protino: 13,6 gram E per flesje van 125 ml



Kaas: 22,9 g per 100 gr



Vlees: 22,9 g per 100 gr

Vis: 19 g E per 100 ml



tum



# Drinkvoeding en desserts



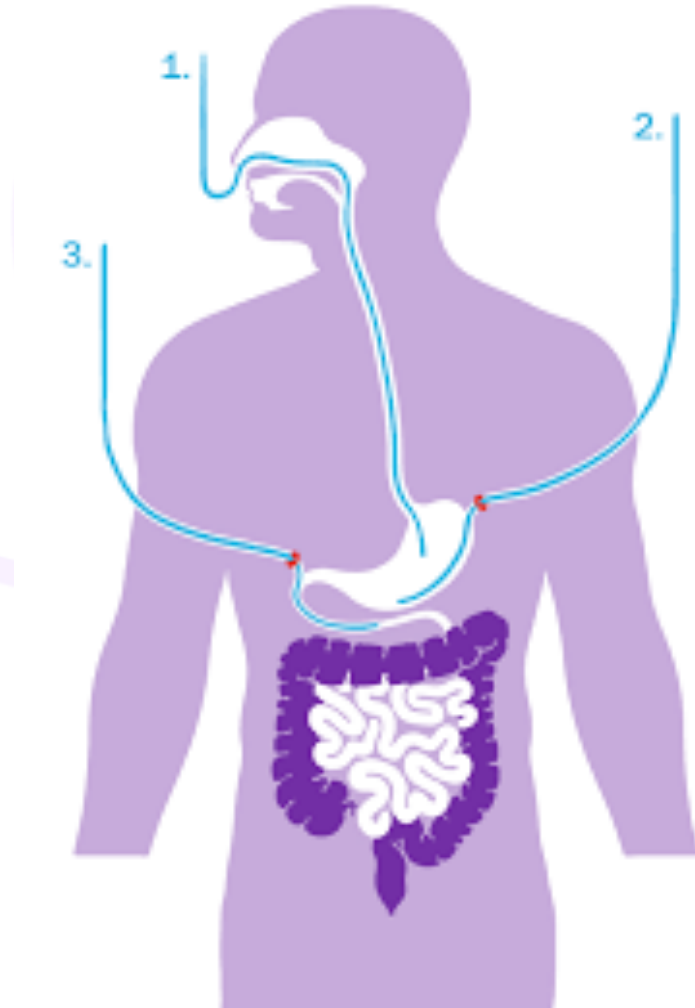
# Specifiek bij diabetes



# Eiwitmodules (vloeibaar en poeders)



# Sondevoeding



# Vergoeding dieetpreparaten



- VGZ/Unive geen contract met Mediq voor DV en SV
- Voorkeursproducten
- Vergoedingscheck

*Sorgente*



# Uit de praktijk

- Mevrouw de Wit is een 86 jarige dame, woont alleen en is door de POH doorgestuurd vanwege hoge bloedglucosewaarden. Zit tegen maximaal orale medicatie aan en moet eigenlijk naar de insuline maar dat wil mevrouw niet. Conditie is matig.
- ‘ Ik eet wel gezond hoor’
- ‘ Nooit dun geweest’
- ‘ Suiker is alles wat ik nog heb ‘

# Mevrouw de Wit - vervolg

- Corona pandemie zorgt voor minder beweging
- Lichamelijk onzeker
- Gevallen thuis > opname ziekenhuis en revalidatie.
- Terug in zorg 1<sup>e</sup> lijn: erg afgevallen en gebruikt drinkvoeding
- ‘ Kan wel leien toch dat gewichtsverlies’



# Praktische adviezen voor de praktijk

- Check de koelkast op variatie, houdbaarheid
- Scan omgeving, productkeuzes en aanbod van voeding
- Voedingstoestand > SNAQ 65+
  - Ondervoeding ligt ook op de loer bij overgewicht
- Andere oorzaken van wisselende bloedglucose waarden



# Hoe schakel je de diëtist in

- Verwijzing arts of specialist
- DTD
- Huisbezoek
  
- Vergoeding: 3 uur in de basisverzekering, ketenzorg, aanvullende verzekering

Diëtistenpraktijk

Alimentum

Bedankt voor jullie aandacht 😊

- Vragen?



- [www.alimentum.nl](http://www.alimentum.nl)

diëtistenpraktijk  
**Alimentum**  
medisch • leefstijl • sport