

Nutritionens betydelse

Malnutriton leder till fördröjd sårhäkning och minskar effekten av beprövade förbandsmaterial och metoder.

Risikfaktorer:

- Dysfagi
- Nedsatt aptit
- Mag- och tarmproblem
- Bakomliggande sjukdomar
- Viktförlust
- Även överviktiga kan ha bristfälligt näringsintag.

Identifiering av riskpatient

- BMI= Body Mass Index
Vikt i kg
Längd x längd i meter
- Ofrivillig viktminskning
- Ätsvårigheter pga.;
Matens konsistens
Nedsatt aptit
Smärta
Munhälsa
Läkemedel
Sittställning
Sällskap
Omgivning
Diarré/förstoppning.

Nutritionsbedömning

Kostregistrering/kostanamnes energi, vätska och protein.

Åtgärder nutritionsbehandling

Regelbundna små måltider.

Ät flera rätter för att stimulera aptiten.

Öka energitätheten (energirika mat och dryck, undvik lättprodukter).

Konsistensanpassa maten vid behov.

Ge eventuellt aptitstimulerande läkemedel (Malvitona)

Mellanmål, exempelvis näringsdrycker.

Länk till:

<http://www.fresenius-kabi.se>

<http://www.novartis.se>

<http://www.nestle.se>

Kvällsmål. Undvik nattfasta eftersom alla kolhydrater är förbrukade på 11 timmar.

Näringsämnen som stimulerar sårhäkningsprocessen

Energi, kolhydrater och fett.

Tillgodoser energibehovet.

Proteiner

Kompenserar för proteinförlust i såret.

Stimulerar nybildningen av vävnad.

Förbättrar immunförsvaret.

Arginin

Ökar blodcirkulationen och förbättrar blodflödet till och från sårområdet.

Förbättrar immunförsvaret.

Zink

Stimulerar till nybildning av vävnad.

Vitamin C

Motverkar fria radikaler

Öka kollagensyntesen.

Antioxidanter

Motverkar fria radikaler.

Vitaminer och mineraler

Stimulerar nybildningen av vävnad.

Förbättrar immunförsvaret.

Uppföljning och utvärdering genom dokumentation av:

- Vikt
- Aptit
- Effekt
- Biverkan av behandling.

Dietistmottagningen, Falu lasarett