

Signaleren van ondervoeding bij kwetsbare ouderen

Deze kaart kan u helpen om signalen van ondervoeding te herkennen en te bespreken.

Onbedoeld gewichtsverlies

- Kleding zit ruimer
- Ring zit los om de vinger
- Het horloge om de pols zit losser
- De broekriem moet een gaatje strakker
- Het gewicht is ongewenst > 4 kg gedaald (binnen 6 maanden)



Verminderde eetlust

- De oudere is opvallend minder gaan eten
- Eten en drinken blijft staan
- Het eten smaakt niet/is niet lekker
- De koelkast is leeg/blijft vol of bevat etenswaren die over de datum zijn



Verminderde zelfstandigheid

- De oudere komt het huis niet meer uit
- Hij of zij kan niet meer zelfstandig:
 - eten en/of drinken
 - koken
 - boodschappen doen

Kauwen en slikken

- Eten kost meer tijd
- Hoesten tijdens of na het eten en drinken
- Kauwen gaat moeilijker (niet passend gebit)
- Het ontwijken van eet- en drinkmomenten



Overige signalen

- Bleke huid, dofte ogen
- De oudere heeft het voortdurend koud
- Hij of zij is meer vermoeid
- Opstaan, lopen en traplopen gaan moeilijker



Hoe werkt de signaleringskaart?



Herkent u één of meerdere signalen?

Probeer dit dan bespreekbaar te maken met behulp van onderstaande tips:

Bespreek de signalen: “Het valt mij op dat..., klopt dat?”

Vraag of er al iets aan gedaan wordt.

Vraag of er hulp nodig is en welke hulp. Bijvoorbeeld door het te bespreken met de familie, mantelzorg of de verzorging.

Als er geen netwerk is, adviseer dan om zelf de huisarts te bellen.

Kijk voor meer informatie op
www.proscoop.nl/ondervoeding-bij-ouderen
en www.goedgevoedouderworden.nl

Deze signaleringskaart is gemaakt door de projectgroep **Preventie ondervoeding kwetsbare ouderen regio Zwolle**, naar het voorbeeld van de Regiegroep Kwetsbare Ouderen Apeldoorn

ProScoop

Voor goede zorg en gezondheid dichtbij