

Komt ze weer met haar ondervoeding...

Eerlijk? Heel soms ben ik er helemaal klaar mee. Altijd maar weer roepen dat voeding belangrijk is, en dat goede voeding zo veel problemen kan voorkomen en verbeteren. Knikkende hoofden, maar échte verandering in de zorg of bij zorgopleidingen blijft uit, weten we uit onderzoeken van de Stuurgroep Ondervoeding. Het voelt daarvoor soms als vechten tegen de bierkaai. Gelukkig voel ik me gesterkt door velen met mij die dezelfde boodschap verkondigen, en ook door geïnteresseerde zorgverleners die mijn workshops over ondervoeding bij ouderen volgen. Maar dat is het 'm nou juist: ben ik niet alleen maar aan het preken voor eigen parochie?

Dat gevoel kreeg ik ook bij het lezen van de brandbrief van de Nederlandse Vereniging van Diëtisten (NVD) over ondervoeding bij ouderen door de coronamaatregelen. Ook zij onderstrepen dat een tekort aan inname of opname van voeding, vooral van eiwitten, uiteindelijk leidt tot verminderd functioneren. De NVD riep met de brief zorg- en hulpverleners op "om het belang van de juiste en voldoende voeding bij ouderen hoog op de agenda te zetten. [...] Ondervoeding bij ouderen is onder normale omstandigheden al een fors probleem. Het huidige beleid voor thuisisolatie van kwetsbare ouderen vergroot het risico op ondervoeding bij deze kwetsbare groep." Ik onderschrijf het standpunt van deze brandbrief uiteraard en deelde het dan ook gretig in mijn netwerk.

CANAN ZIYLAN



En dan? De Stuurgroep Ondervoeding deelt het verder, een aantal diëtisten ook, een paar trouwe volgers vindt het leuk. En dat was dat? Toch niet! Want wat zie ik: de laatste tijd kom ik er steeds vaker achter dat ook mensen buiten de parochie het belang van goede voeding in de zorg erkennen. Oók professionals wiens primaire taak niet met voeding te maken heeft, zoals verpleegkundigen en artsen. Bij je eigen parochie beginnen is dus zo gek nog niet, zolang je anderen maar kan overtuigen om je boodschap verder te verkondigen.

Dus ja, daar kom ik weer met mijn ondervoeding. Want iedereen heeft elke dag te maken met

voeding: in overvloed, in juiste of in onvoldoende mate. Gezamenlijk of in isolatie. En voeding beïnvloedt de gehele levensloop; in gezonde periodes, maar ook tijdens ziekte. Zoals in de brandbrief staat: "Goede voeding draagt bij aan een goede weerstand; bij ondervoeding neemt de weerstand juist af." Daarom roep ook ik u op om juist nu extra alert te zijn op ondervoeding. De manier waarop u dat kunt doen staat prachtig beschreven op goedgevoedouderworden.nl. Want, om met Mark Rutte te spreken: alleen samen kunnen we de juiste voedingszorg leveren. Of u nou een oudere, een mantelzorg of een zorgverlener bent. Zeg het voort!

→ *Brandbrief van de NVvD: www.nvdietist.nl/images/NVD_NU/Brandbrief/brandbrief.pdf*

Canan Ziyilan is voedingswetenschapper en docent-onderzoeker bij de opleiding Verpleegkunde van Hogeschool Rotterdam. Daarnaast is ze projectleider van de Expertraad Onderwijs van de Stuurgroep Ondervoeding.