

Nejvíce osob trpících podvýživou jsou senioři a pacienti v nemocnicích

Malnutrice je stav podvýživy, který se týká hlavně seniorů a pacientů s chronickými a onkologickými onemocněními. V nemocnicích se malnutrice vyskytuje velmi často: 30 % pacientů při přijetí vykazuje známky hrozící nebo již rozvinuté malnutrice a dalších 10 až 15 % pacientů se dostane do rizika během hospitalizace v souvislosti s onemocněním. Nejběžnějším příznakem je neúmyslný úbytek hmotnosti, nechutenství a ztráta energie. K zvrácení negativního vývoje nutričního stavu mohou přitom stačit jednoduché změny cílené ke zvýšení příjmu stravy, které naleznete v rámci programu rizikamalnutrice.cz.

Cílem kampaně **Týden rizik malnutrice, který proběhne od 1. do 5. listopadu 2021**, je upozornit na riziko malnutrice nejen v institucionálním prostředí a nabídnout jednoduchý on-line self-screeningový nástroj k vyhodnocení rizika malnutrice pro širokou veřejnost. V rámci kampaně byly vytvořeny nové webové stránky rizikamalnutrice.cz, které obsahují informace o malnutrici, upozorňují na její příznaky a důsledky a dávají návod, jak malnutrici řešit. **Nejdůležitější součástí webu je kalkulačka rizika malnutrice, pomocí níž si návštěvník webu může ověřit, zda se on sám nebo jemu blízká osoba nachází v riziku malnutrice a určit stupeň rizika (nízké – střední – vysoké).** Ke každému stupni rizika je na webu k dispozici leták s radami, jak si pomoci v domácích podmínkách.

„Ve spolupráci s předními odborníky se nám podařilo značně posunout dopředu oblast výživy. V minulém roce jsme se zaměřili na zvyšování kvality nemocniční stravy a výsledky jsou viditelné v řadě nemocnic. Společně s tím se nyní věnujeme také vyhledávání osob s nutričním rizikem, a to nejenom v nemocnicích. Letos poprvé se proto zapojujeme i do mezinárodního Týdne rizik malnutrice, kdy se snažíme na toto téma upozornit širokou veřejnost. Byl spuštěný nový web rizikamalnutrice.cz, kde si může každý jednoduše a z pohodlí domova díky kalkulačce zjistit, jak zlepšit stav výživy vlastní nebo svých blízkých,“ řekl ministr zdravotnictví Adam Vojtěch.

Nejběžnějším příznakem možného vzniku malnutrice je neúmyslná ztráta hmotnosti během posledních 3 až 6 měsíců. Dalšími příznaky mohou být ztráta chuti k jídlu, stálý pocit únavy, ztráta energie, snížená schopnost vykonávat běžné aktivity, letargie a deprese. Malnutrice může být těžko rozeznatelná, obzvláště u osob, které trpí nadváhou nebo obezitou. Senioři jsou z hlediska rizika malnutrice jednou z nejohroženějších skupin společnosti. Včas nerozpoznaná a neléčená malnutrice vede u seniorů ke ztrátě pohyblivosti, soběstačnosti, k opakovaným infekcím, zápalům plic a řadě dalších potíží. K úspěšnému vyléčení často postačí malé úpravy ve stravě, kdy jsou jídla nutričně obohacena, aby bylo dosaženo většího

příjmu energie a živin. Ke stavu malnutrice může dojít pomalu a postupně, proto bývá problematické ji odhalit již v počátečním stadiu.

Pokud je pacient hospitalizován, předcházení rizika malnutrice pomáhají i změny v systému nemocničního stravování a organizace nutriční péče, které jsou zaváděny podle nových standardů. Do stravování v nemocnicích se zapojují i špičkoví kuchaři, prostory stravovacích provozů se postupně modernizují a pacienti, kteří jsou na tuto stravu odkázáni, jsou s lepší a kvalitnější stravou spokojenější.

„Budeme dále propojovat zkušenosti z nemocnic a prezentovat příklady dobré praxe, a také pracovat na odstraňování systémových překážek, zejména na navýšování počtu nutričních terapeutů v nemocnicích,

"doplnil ministr zdravotnictví Adam Vojtěch.

V nemocnicích bude vyvrcholením kampaně **Týden rizik malnutrice** již tradiční jednodenní audit nutriční péče pod názvem **Nutriční den, který proběhne ve čtvrtek 4. listopadu 2021**, kdy se české nemocnice zapojí do mezinárodního projektu zjišťování stavu výživy a nutriční péče u pacientů ve zdravotnických lůžkových zařízeních a u klientů pobytových zařízeních sociálních služeb.