

Ernæring til borger med lungesygdom med fokus på underernæring- resume af oplæg ved
Kompetencecenter for Lungesygdom 5. Oktober 2023 v. Mette Holst

Underernæring hos raske medfører vægttab og muskel og funktions- og konditionstab. Samtidig påvirkes humør og koncentrationsevne.

Syge har et større ernæringsbehov grundet den øgede forbrænding, men inflammatorisk aktivitet nedsætter appetitten og bevirker uplanlagt vægttab. Ernæringsrisiko/ sygdomsrelateret underernæring defineres som "Faktorer relateret til ernæringstilstand, der øger patienters risiko for komplikationer, nedsat lungefunktion, funktionsevne og for tidlig død", og hvor ernæringsintervention vil bedre det "kliniske forløb".

Konsekvenserne af sygdomsrelateret vægttab er for den enkelte: Vægttab, muskelsvækkelse, svækket immunforsvar, hyppigere infektioner, genindlæggelser, længere genoptræningsforløb, dårligere livskvalitet, tab af fysisk, social og mental funktionsevne og øget dødelighed. Samtidig er der store økonomiske konsekvenser for samfundet grundet øget økonomi til pleje og behandling, øget tab af arbejdsevne.

Hos lungesyge, uanset diagnose, er det især vigtigt at fokusere på at muskelmassen vedligeholdes.

Tidlig opsporing af underernæring har til formål at finde de der vil have gavn af en ernæringsindsats og indsætte rettidig behandling. Sundhedsstyrelsens vejledning "Underernæring: Opsporing, behandling og opfølgning af borgere og patienter i ernæringsrisiko-Vejledning til kommune, sygehus og almen praksis. SST April 2022, anfører hvordan opsporing og behandling skal foregå i henholdsvis kommune, almen praksis og på hospital. Ernæringsindsats virker bedst med samtidig træning, hvor især styrketræning er vigtig.

Både på hospital og i rehabiliteringsindsatser har syge patienter og herunder borger med KOL, effekt af ernæringsbehandling. Til ernæringsbehandling af patienter og borgere i ernæringsrisiko anbefales altid individuel vejledning ved diætist. Vejledning skal følges op og gøres ved kost til småtspisende som er mere rig på især protein. I supermarkederne findes mange udmærkede produkter der kan drikkes eller spises med, ske, hvilket ofte er nemmere hvis appetitten mangler. Ernæringsdrikke der kan købes på apotek kan fås med 60% tilskud hvis man er syg og svækket. Recepten fås hos egen læge, i ambulatoriet og hos diætister med uddelegeret udskrivningsret.