

# Voeding bij ouderen

## PICO-VRAAG

Hebben voedingsinterventies effect op het herstel van ouderen na een heupfractuur?



tekst **Trudy Bekkering<sup>1</sup>, Marleen Corremans<sup>1</sup>, Bart Geurden<sup>1,2,3</sup>**

## Context

Deze Cochrane review bestudeerde de effecten van allerlei interventies rond voeding bij mensen ouder dan 65 jaar die herstellen van een heupfractuur.<sup>4</sup> De interventie diende binnen een maand na de fractuur opgestart te zijn. In totaal werden 41 studies met 3881 ouderen verzameld. Ouderen met een heupfractuur zijn vaak slecht gevoed op het moment dat de fractuur zich voordoet. Velen eten vervolgens ook slecht tijdens hun opname in het ziekenhuis. Ondervoeding kan het herstel van een heupfractuur belemmeren.

## Resultaten

Achttien studies onderzochten het gebruik van extra energierijke orale voeding uit andere bronnen dan proteïnen, uit proteïnen en uit enkele vitaminen en mineralen. Deze multinutriënten hebben waarschijnlijk geen effect op het risico om te overlijden. Wel kunnen ze het aantal complicaties, zoals drukletsels, infectie, veneuze trombose, longembolie en verwardheid, verlagen.

Vier studies onderzochten de neusmaagsonde. Hierbij loopt vloeibare voeding met eiwitarme energie, eiwitten, vitaminen en mineralen, via een sonde in de neus tot in de maag. Een neus-

maagsonde lijkt geen effect te hebben op het risico te overlijden of het risico op complicaties, alhoewel bewijs uit gecontroleerde studies ontbreekt. De sondevoeding werd slecht verdragen.

De inname van meer proteïnen via orale voeding werd onderzocht in vier studies. Deze proteïnen hebben waarschijnlijk geen effect op het risico te overlijden of het risico op complicaties. Wel lijken deze voedingsinterventies negatieve uitkomsten te verminderen, alhoewel bewijs uit gecontroleerde studies ontbreekt.

De volgende interventies leken geen duidelijk effect te hebben op het risico te overlijden of op complicaties: het intraveneus toevoegen van vitamine B1 en wateroplosbare vitaminen, verschillende vormen en dosissen vitamine D, intraveneus of oraal ijzer, ornithine alpha-ketoglutaat versus een isonitrogeen peptide supplement, taurine versus placebo, een supplement met vitaminen, mineralen en aminozuren.

Een laatste studie evalueerde het effect van assistent-diëtisten die helpen bij het eten geven. De inzet van assistent-diëtisten kan het risico op overlijden verminderen, maar heeft waarschijnlijk geen effect op het aantal personen met complicaties.

## Opmerking

Hoewel er veel studies zijn gevonden over voedingsinterventies is de kwaliteit van het bewijs laag tot zeer laag. Dit komt vooral door fouten in de studieopzet, waardoor er een hoog risico is op vertekende resultaten (bias).

## Conclusie

Voedingsinterventies in de vorm van (orale) supplementen, al dan niet verrijkt met energie uit eiwitten, vitaminen en mineralen, kunnen het risico op complicaties na een heupfractuur bij ouderen verminderen. Ze lijken echter geen invloed te hebben op het risico om te overlijden. Het niveau van bewijs is laag tot zeer laag en dus is er onzekerheid over deze resultaten.

## Betekenis voor de praktijk

Voedingsinterventies voor ouderen met een heupfractuur zouden toegepast kunnen worden om complicaties te verminderen. Deze review geeft geen duidelijkheid over welke voedingsinterventie de meest doelmatige is.

## Noten

- 1 Belgian Center of Evidence Based Medicine (CEBAM).
- 2 Karel de Grote Hogeschool, Antwerpen.
- 3 Center of Research and Innovation in Care, Universiteit Antwerpen.
- 4 Avenell A, Smith TO, Curtain JP, et al. Nutritional supplementation for hip fracture aftercare in older people. Cochrane Database of Systematic Reviews 2016, Issue 11. Art. No.: CD001880. DOI: 10.1002/14651858.CD001880.pub6.