

ÞRÝSTINGSSÁRAVARNIR

GÓÐ NÆRING SKIPTIR MÁLI

M



Góð næring er mikilvæg fyrir þrýstingssáravarnir og sárgræðslu. Vítamín- og steinefnaskortur getur aukið hættu á myndun þrýstingssára.

NÆRINGARÁSTAND

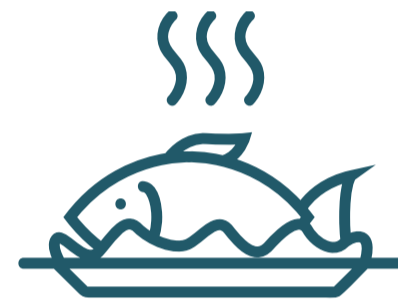
Framkvæmt er mat á áhættu á vannæringu innan 24-48 klst. frá innlögn sjúklings. Þyngd er mæld vikulega eða við breytingu á ástandi.

- Ef 5 stig eða fleiri eru taldar sterkar líkur á vannæringu. Fyrir lungna- og krabbameinssjúklinga er miðað við 4 stig eða fleiri.
- Ef sjúklingur er með sterkar líkur á vannæringu er beiðni um næringarráðgjöf send á Næringarfræðing.

Spurning	Svar	Mat	Stig
1. Hæð: _____ m Þyngd: _____ kg	Líkamsþyngdar- staðull kg/m ² eða skv. tölva á bakhlíð: _____	> 20 kg/m ² 18-20 kg/m ² < 18 kg/m ²	0 stig 2 stig 4 stig
2. Ósjálfrátt þyngdartap undanfarið? Ef já, hve mikið _____ kg, á hve löngum tíma _____ mánuð => þyngdartap er _____ %	Já <input type="checkbox"/> Veit ekki <input type="checkbox"/> Nei <input type="checkbox"/>	> 5% sl. mánuð eða > 10% sl. 6 mánuði 5-10% sl. 1-6 mánuði Veit ekki Nei	4 stig 2 stig 2 stig 0 stig

ORKU- OG PRÓTEINNEYSLA

Sjúklingi í þrýstingsárahættu með þrýstingssár og sterkar líkur á vannæringu er gefið orku- og próteinbætt fæði (OP-fæði). Tryggja þarf að orku- og próteininntaka sé í samræmi við þörf.



VÍTAMÍN OG STEINEFNI

Ef sjúklingur nærast illa eða skortur er á ákveðnum vítamínum og/eða steinefnum er ráðlögð viðbót eftir því sem við á.

VÖKVI

Vökvaþörf sjúklinga með þrýstingssár er breytileg en ágætt viðmið er 1600 ml á dag fyrir konur og 2000 ml á dag fyrir karla.



VIÐBÓTARNÆRING

- Sjúklingi í þrýstingsárahættu/með þrýstingssár og með sterkar líkur á vannæringu er gefið orku- og próteinríka millibita og/eða næringardrykki til viðbótar ef ekki tekst að uppfylla þörf með hefðbundnu fæði.
- Sjúklingi með stig \geq II þrýstingssár og sterkar líkur á vannæringu er gefið næringardrykki eða sondunæringu með arginine, sinki og andoxunarefnum (Cubitan og Nutrison Advanced Cubison).

NÆRING UM SONDU

- Ef ekki tekst að uppfylla orku- og próteinþörf með hefðbundnu fæði og viðbótarnæringu er næring um sondu valin fremur en næring í æð.
- Ef ekki tekst að ná næringarmarkmiðum á þremur dögum, er íhugað að gefa næringu í æð.

MUNUM AÐ SKRÁ FÆÐU- OG VÖKVAINNTEKT!