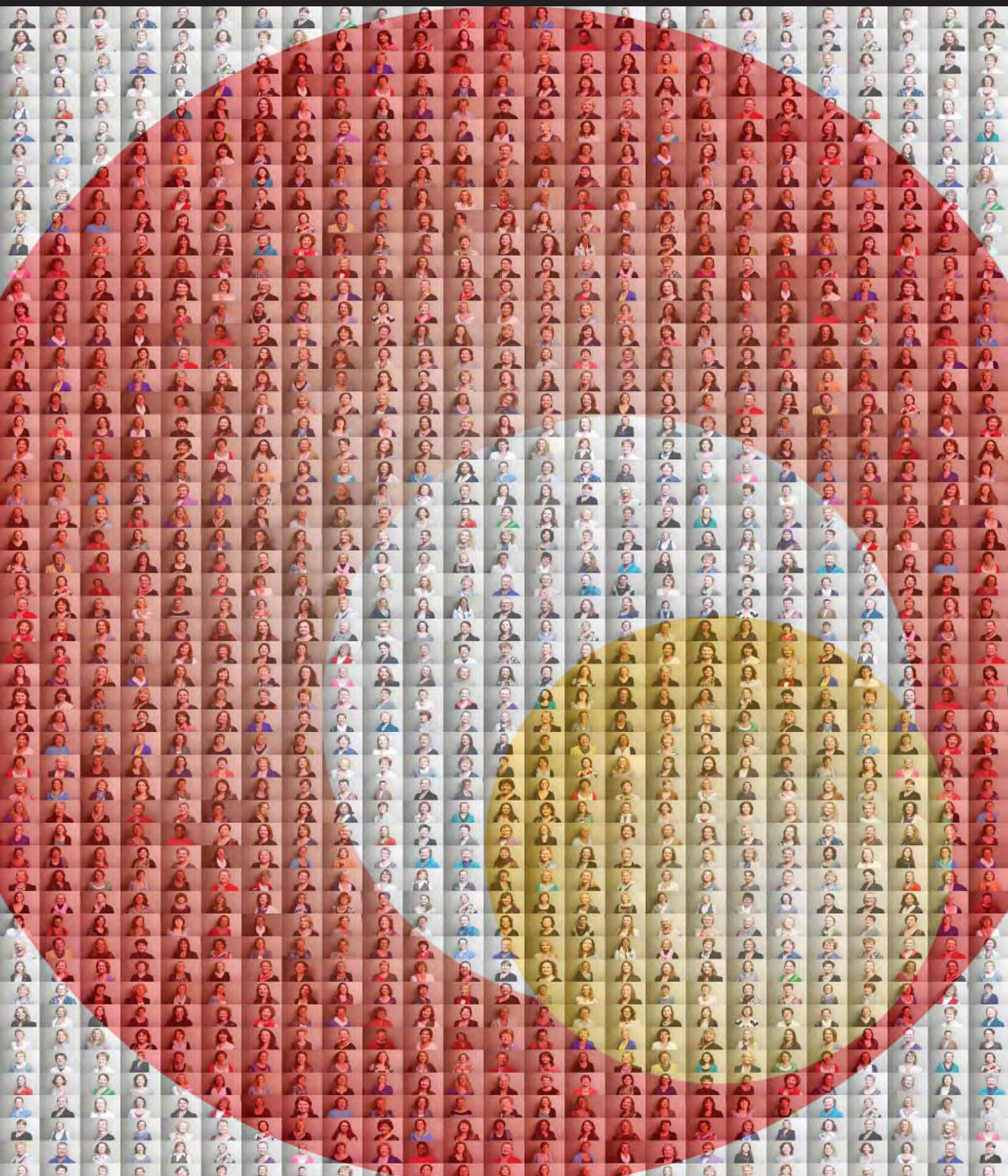


NVD Nieuws EXTRA

SPECIALE UITGAVE VAN DE NEDERLANDSE VERENIGING VAN DIËTISTEN APRIL 2011





Karine Hoenderdos verkozen tot DIVA!

Voorafgaand aan het DIVA-feest is bekendgemaakt wie zich de komende vijf jaar DIVA mag noemen. Met meer dan 20% van de uitgebrachte stemmen is Karine Hoenderdos gekozen door haar collega-diëtisten.

Karine werd genomineerd vanwege haar visie op voeding en de zeer toegankelijke en positieve manier waarop ze deze uitdraagt, zowel naar diëtisten als naar consumenten. Het mooiste aan haar visie vindt Bea van der Mei, die haar nomineerde, 'dat ze wil dat mensen weer leren normaal naar eten te kijken, wars van opgepimpte nepvoedingsmiddelen.'

Bea van der Mei: 'Karine duikt overal op waar het gaat over kritisch kijken naar onze voeding. En aan de andere kant is ze groot genoeg om ons als collega's te vragen om voor haar een stukje te schrijven. Groot respect voor een collega als Karine!'. Daarnaast werd ze genomineerd omdat haar website PuurGezond 'gaat als een 'speer' en goed wordt gelezen.

Karine werd gekozen uit tien genomineerden met ruim 20% aan voorkeursstemmen. In totaal hebben 325 diëtisten hun stem uitgebracht op de DIVA van hun keuze. Hinke Kruizenga eindigde op de tweede plaats en er was een gedeeld derde plaats voor Miranda Lassche en Gerdien Ligthart-Melis. Met haar verkiezing won Karine een professionele fotoshoot van een gerenomeerd fotograaf en ontving zij bloemen en een sjerp uit handen van Anja Evers, directeur van de NVD. Na de uitreiking werd het feest geopend door Berget Lewis.

Diva
DE DIËTIST MET DURF IDEALEN VISIE & AANDACHT

Lering uit NHG-richtlijn PDS

Waarom is er vaak zo weinig aandacht voor voeding en diëtetiek in multidisciplinaire richtlijnen? Ukie Harkema en Gerda Stougie weten inmiddels het antwoord. Namens de NVD waren ze betrokken bij de ontwikkeling van een nieuwe multidisciplinaire richtlijn van het Nederlands Huisartsen Genootschap (NHG) voor prikkelbare darmsyndroom (PDS).

Harkema vertelde tijdens de presentatie: 'En dan zit je ineens tegenover 8 artsen en specialisten, waaronder een maagleverdarmarts en een internist, die elkaar allemaal al kennen. De enige andere "buitenstaanders" waren een psycholoog en een vertegenwoordiger van de patiëntenbelangenvereniging. Alleen al door de stemverhoudingen ben je als diëtist in de minderheid. Daarnaast hechten artsen erg aan evidence based en over de rol van voeding bij PDS is nu eenmaal niet veel wetenschappelijke literatuur te vinden.' Gelukkig kwam er volgens Harkema gaandeweg meer aandacht voor het belang van voeding, mede dankzij de patiëntenbelangenvereniging. Veel PDS-patiënten ervaren immers dat voeding van invloed is op de klachten. Als deze mensen bepaalde voedingsmiddelen mijden, kan dat leiden tot een onvolwaardige voeding. In de nieuwe richtlijn, die naar verwachting in de loop van april verschijnt, staan vragen waarmee de huisarts kan checken of een doorverwijzing naar de diëtist nodig is, bijvoorbeeld als de patiënt denkt dat de klachten verband houden met de voeding. Beide diëtisten gaven tijdens hun presentatie aan dat ze niet alleen van het proces veel geleerd hebben maar, ook inhoudelijk wijzer zijn geworden. Door het intensieve contact met artsen hebben ze gemerkt dat het bij PDS gaat om een heterogene patiëntengroep. Eerstelijns

diëtisten zien vaak PDS-patiënten, waar het probleem vooral zit in een 'luie darm'. Een vezelrijke voeding biedt dan uitkomst. Artsen zien juist vaker patiënten met een zeer overgevoelige darm. Normale voedingsmiddelen, zoals champignons, kunnen dan al te prikkelend zijn. Dit type patiënt is meestal niet gebaat bij meer vezels. In de vezelrichtlijn van de Gezondheidsraad wordt zelfs expliciet een uitzondering gemaakt voor PDS-patiënten! De belangrijkste boodschap die beide diëtisten de deelnemers daarom meegaven is dat voedingsadviezen bij PDS maatwerk zijn.



Een knallend begin!

De Diëtistendagen gingen van start met het Noordwijker mannenkoor en een flitsende film met 21 diëtisten aan het woord. Zoals Ellen vd Heijden, die zei: 'Laat diëtisten uitstralen dat ze van hun vak houden, dat hun oogjes gaan glimmen als ze praten over voeding.'

Voorzitter Annemieke van Ginkel en de nieuwe directeur Anja Evers verheugden zich op inspirerende Diëtistendagen. Ze hoopten dat leden zich geroepen voelen om een actieve bijdrage te leveren aan het werk van de NVD. Het wordt een mooi jaar voor de jubilerende NVD: er zijn 2815 leden, meer dan ooit. Diëtisten laten zien dat ze alles in zich hebben als ondernemende professional. Dat hebben ze tijdens deze Diëtistendagen wel bewezen, met alle lezingen, expertmeetings en posterpresentaties.



Onderzoek naar refeeding syndroom

Het motto van de diëtistendagen – maak werk van je idealen – is op het lijf geschreven van Sandra Visser, hoofd Diëtetiek in het Medisch Centrum Alkmaar. Omdat ze meer diepgang in haar vak zocht, volgt ze de 2-jarige master "Evidence based practice" aan de Universiteit van Amsterdam. Voordat ze zich klinisch epidemioloog mag noemen, moet ze eerst een observationeel onderzoek afronden naar de incidentie van refeeding syndroom onder een ziekenhuispopulatie. Visser verwacht het onderzoek eind 2011 af te ronden. Ze kon al wel melden dat ernstige en potentieel fatale verschuivingen in vocht en elektrolyten door te snel starten van (par)enterale voeding vaker voorkomt dan gedacht. Ook bij patiënten waarvan ze het niet had verwacht, zoals hele oude mensen. Advies van Visser aan de aanwezigen was om zeer alert op te zijn op het gevaar van refeeding.

Het ideaal en de felicitaties van Minister Schippers



Naar aanleiding van de Diëtistendagen én het 70-jarig jubileum legden wij enkele vragen voor aan Minister Schippers van Volksgezondheid Welzijn en Sport (VWS). Een van de vragen die wij haar voorlegden was welke idealen zij graag wilde bereiken. De Minister antwoordde hierop als volgt:

'Mijn ideaal is dat iedereen goed is of wordt geïnformeerd en weloverwogen voor zichzelf de keuze kan maken gezond te leven. En de overheid steunt mensen in die verantwoordelijkheid. Het thema van uw congres, maak werk van je ideaal sprak me daarom, erg aan.' Daarnaast feliciteerde de Minister de NVD met haar jubileum.

Alle vragen en antwoorden van de Minister kunt u lezen in het NTVD dat verschijnt op 20 april.

Alle kinderen FIT

Kirsha de Vries en Mariska Rinkel van Omring Dietisten hadden een ideaal voor ogen: een interventie als het EPODE model, voor alle basisschoolkinderen in Schagen. Daarvoor was een lange adem nodig! In 2005 begonnen ze met een politieke lobby. Pas in 2010 kwam er een 'ineens een zak geld binnen'. Nu doen 7 van de 9 basisscholen in Schagen mee. Op elke school is een coordinator aanwezig. Er zijn vaste fruitdagen, voedingslessen, spreekuur bij 10-minutengesprekken en fittesten. 'Een kind dat prettig in zijn vel zit, presteert beter op school', zegt een enthousiaste schooldirecteur. En de wethouder zegt: 'Als iedereen samenwerkt, worden uiteindelijk de kinderen gezonder.'

Fotoimpressie vrijdag 8 april 2011





Veelzijdige kant van overgewicht

De posters tijdens de diëtistendagen met als thema overgewicht maakten duidelijk hoe veelzijdig alleen al dit onderdeel van het werk van de diëtist is.

De poster van Brigitte Wieman ging over (B)BOFT, de Utrechtse aanpak van overgewicht. In de krachtwijk Overvecht is gedurende 5 jaar met diverse organisaties gewerkt aan het terugdringen van overgewicht bij de jeugd. Het resultaat was een afname van overgewicht van 26% naar 20% in deze wijk. Ook zijn de kinderen in deze wijk meer gaan sporten, meer gaan ontbijten en meer fruit gaan eten dan kinderen in een vergelijkbare wijk waar geen interventie plaatsvond.

De poster van Ellen Govers ging over het effect van de behandeling door de diëtist bij overgewicht. Onderzoek bij 28 praktijken en in totaal 163 diëtisten leverden 1673 cases op. Hieruit blijkt onder andere dat mannen beter afvallen dan vrouwen, dat een ervaren diëtist patiënten langer vasthoudt in de begeleiding en dat slechts 16,8% van de mannen en 11,9% van de vrouwen na 1 jaar minimaal 10% is afgevallen. Volgens Govers is het belangrijk vooral ook te gaan kijken naar de grote groep die niet of minder dan 5% afvalt.

Behandeling van overgewicht in een klinische setting bij kinderen met een verstandelijke beperking was het onderwerp van de poster van José Veen-Roelofs. In een multidisciplinair team worden de kinderen een jaar lang begeleid. Niet alleen wat betreft de voeding, maar ook qua dagbesteding en thuissituatie. Vooral de samenwerking met een gezinscoach noemde José erg zinvol.

Mensen met een gastric bypass operatie krijgen 2,5 jaar groepsbegeleiding in Rijnstate Arnhem. Annemarie Kruitwagen en José Bluemer legden bij hun poster uit dat deze begeleiding zowel pre- als postoperatief is. In het ziekenhuis zien ze de patiënten eenmalig, daarna zijn er groepsbijeenkomsten: 4 keer per jaar in jaar 1 en 2 keer in jaar 2. Verder krijgen de deelnemers e-coaching via een tweewekelijkse mail. De ervaring is dat deze intensieve begeleiding vooral zorgt dat patiënten op de lange termijn minder aankomen.

Cachexie bij kanker

'In de praktijk is cachexie bij kanker niet gemakkelijk objectief vast te stellen', vertelde Barbara van der Meij van VUmc. Ze besprak vijf verschillende instrumenten die recent door wetenschappers zijn ontwikkeld en die ieder hun eigen voor- en nadelen hebben. Van der Meij ging niet alleen in op de herkenning van cachexie maar ook op de behandeling: 'De meest veelbelovende voedingsinterventie bij (pre-)cachexie op basis van de huidige wetenschappelijke inzichten is een voeding hoog in energie, eiwitten en omega-3 vetzuren.' Volgens haar is er genoeg bewijs om omega-3 vetzuren als EPA aan kankerpatiënten met cachexie voor te schrijven. Ze kunnen bijdragen aan gewichtsbehoud, verbeteren de kwaliteit van leven en zijn veilig bij chirurgie en chemotherapie.



Mindful eten



Als diëtist kun je heel veel bereiken als je mindful eten gaat toepassen bij je cliënten. Dat is de ervaring van Ingrid Eijssink, diëtist bij Matoeta, Centrum voor Voeding, Gezondheid en Bewustwording in Den Haag. Tijdens de presentatie liet ze deelnemers zelf ervaren dat er wel zeven verschillende typen honger zijn. Eijssink laat haar cliënten oefeningen doen, zoals stilstaan bij zichzelf en voelen waarom ze honger hebben. Het gewichtsverlies begint meestal pas aan het einde van de behandeling, na een half jaar tot een jaar. Eijssink: 'Eerst is een innerlijke verandering nodig en dat kost tijd. Maar als cliënten eenmaal beter in hun vel zitten, hebben ze geen begeleiding meer nodig en vallen ze vanzelf af.' Eijssink geeft cursussen voor diëtisten die mindful eten willen gaan toepassen. Meer informatie op www.matoeta.nl.

Samen sta je sterk

Patiënten met slokdarmkanker krijgen te maken met tal van disciplines. Optimale resultaten hangen daarbij af van een goede samenwerking. Lucie Brekelmans en Nicole Ribbers (Canisius Wilhelmina ziekenhuis Nijmegen) bespraken aan de hand van een casus hoe het SlokdarmCentrum Oost-Nederland (SCON) de behandeling van patiënten met slokdarmkanker stroomlijnt. SCON brengt daardoor het overlijdensrisico met 15% terug. De diëtist speelt in de multidisciplinaire behandeling een grote rol, met name gericht op het behoud van de voedingstoestand en de behandeling van voedingsgerelateerde klachten. Pre-operatief wordt een op de drie patiënten gevoed met sondevoeding, postoperatief wordt standaard gevoed via jejunumfistel. Bijzonder is dat de patiënten heel snel starten met opbouw van gewone voeding, vaak al binnen een paar dagen.



Ondervoeding in revalidatiecentra

In 2010 heeft de inspectie onverwacht een prestatie-indicator ondervoeding vastgesteld voor revalidatiecentra met de SNAQ als geadviseerd screeningsinstrument. Terwijl er weinig bekend was over de prevalentie ondervoeding onder revalidatiepatiënten, laat staan wat een geschikt instrument is. Onder leiding van revalidatiediëtist Coby Wijnen hebben 11 revalidatiecentra een onderzoek uitgevoerd onder 366 patiënten, samen met Hinke Kruijenga van de Stuurgroep Ondervoeding en studente gezondheidswetenschappen/diëtist Dorijn Hertroijs. Het resultaat: 28% heeft een slechte en 10% een matige voedingstoestand en dat in combinatie met een hoge prevalentie van overgewicht en obesitas. Volgens Kruijenga is bij deze specifieke patiëntengroep SNAQ⁶⁵⁺ geschikter dan andere screeningsinstrumenten. Maar het allerbeste is het standaard bepalen van de voedingstoestand middels BMI en percentage gewichtsverlies.

Sociale marketing voor de diëtist



Als diëtist wil je zorgen dat je boodschap goed overkomt en dat je doelgroep het gedrag verandert. Niet gemakkelijk, maar met het inzetten van de principes van sociale marketing kom je waarschijnlijk een stuk verder. Jacqueline Vink en Evelyne Meynen van Schuttelaar & Partners lieten zien dat je meer bereikt door je in te leven in de doelgroep, de normen en waarden te kennen en weten wat de barrières zijn. Deze expertmeeting, aangeboden door de NVD, inspireerde tot het kopiëren van technieken die marketeers inzetten om mensen te verleiden tot aankoop van een product. Speel in op korte termijn doelen zoals fit voelen, beter presteren en gezelligheid en maak de gezonde keuze de gemakkelijke keuze.

Voeding bij antipsychotica

Circa één op de drie patiënten met schizofrenie heeft het metabool syndroom. Dit wordt in de hand gewerkt door bijwerkingen van antipsychotica zoals gewichtstoename, insulineresistentie en dyslipidemie. Esther Boon, Paulen Ritsma en Carola Wierenga van GGZ Drenthe gaven in hun presentatie praktische adviezen, bijvoorbeeld zorg voor een hoge verzadigingswaarde van de voeding. Een extreem hongergevoel is namelijk een bekende bijwerking. Ander aandachtspunt is interactie tussen medicatie en grapefruitsap. Ook veranderingen in de cafeïne-inname hebben invloed. Bepaalde groenten als koolsoorten, broccoli en wortel versterken de werking van de medicijnen bij een consumptie van meer dan 250 gram per dag. Binnenkort brengt Parnassia een dieetbehandelingsrichtlijn over voeding bij antipsychotica uit.



Handknijpkracht: gebruik het!

In Maastricht UMC wordt handknijpkracht (HKK) veel gebruikt als parameter voor de voedingstoestand. Het is snel, eenvoudig en niet belastend. Uit onderzoek blijkt dat het een goede maat is voor de voedingstoestand en de functionaliteit en dat afname van de HKK een negatief effect heeft op herstel van ziekte of operatie. Nel Reijnen heeft onderzoek gedaan naar normaalwaarden voor HKK, waarbij ze rekening wilde houden met lichaamsbouw, leeftijd, fysieke activiteit en geslacht. Alle dietisten van het MUMC deden metingen op festivals, met in totaal 1273 geschikte metingen. Er bleek vooral een significante relatie te bestaan tussen lengte en HKK. Het advies van Reijnen is om de HKK te corrigeren bij extreme lengte. Maar vooral: om de HKK te gebruiken in de praktijk.



Nieuwe anamnese bij allergie



Nu de diëtist in juni vrij toegankelijk wordt, zal het aantal patiënten met (vermeende) voedselallergie op het spreekuur toenemen. Berta Beusekamp en Sacha Visser presenteerden een concept voor een nieuwe voedingsanamnese bij vermeende voedselovergevoeligheid. Nieuw is dat het stroomschema enorm is vereenvoudigd. Ook nieuw is het formulier waarop klachten per voedingsmiddel kunnen worden genoteerd. Laboratoriumuitslagen zijn belangrijk, hoewel Beusekamp waarschuwt dat die gegevens niet 100% betrouwbaar zijn en dat in de praktijk soms meer kan dan de uitslagen uitwijzen. De nieuwe anamnese voor voedselallergie wordt binnenkort getest in de praktijk. Het Voedingscentrum gaat naar verwachting eind dit jaar de materialen uitgeven.

Richtlijn voeding bij hartfalen

Inge de Kok en Madeleine Duin van de Nederlandse Werkgroep Diëtisten Cardiologie lichtten de multidisciplinaire CBO-richtlijn over voeding bij hartfalen uit 2010 toe. Ondanks een natriumbepanking van 2000-2400 mg natrium per dag adviseren beide diëtisten om natriumarme dieetproducten en dieetzout zoveel mogelijk te vermijden. Het hoge gehalte aan kalium kan in combinatie met kaliumsparende diuretica en andere medicatie als ACE-remmers leiden tot hyperkaliëmie. Beter is het om mensen te laten wennen aan een minder zoute smaak. Gewichtsreductie is verrassend genoeg geen standaard advies. Symptomen en klachten nemen daardoor weliswaar af, maar de prognose verandert niet. Bovendien is er een verhoogd risico op ondervoeding als gevolg van cardiale cachexie, wat bij 15% van de patiënten met hartfalen voorkomt.

Nu aan de slag met uw idealen!

Lest best: de afsluiting van de Diëtistendagen 2011 mocht er zijn! Cabaretier Joop Vos deed met zijn scherpe teksten en grappige liedjes de Diëtistendagen nog even dunnetjes over. En in haar slotwoord keek Anja Evers, directeur van de NVD, terug op twee drukke, intensieve en inspirerende dagen: 'De Diëtistendagen 2011 was een congres van, voor en door diëtisten. Dat heeft u met recht waargemaakt. U heeft van het 70-jarig jubileum een markant moment gemaakt om niet snel te vergeten. Ik hoop dat u volgende week met alle enthousiaste verhalen in het achterhoofd weer aan de slag gaan en nog meer werk maakt van uw idealen!'

Maak werk van je idealen!



NEDERLANDSE VERENIGING
VAN DIËTISTEN