

Pacjent onkologiczny nie musi chudnąć

„Ja podczas choroby schudłem 20 kg, z czego 10 kg przez pierwszy miesiąc leczenia. Miałem kłopoty z odżywianiem, dodatkowo chemia zniszczyła mi śluzówkę w jelitach, co obniżyło wchłanianie witamin i minerałów, spożywanych wraz z posiłkami. Pobyty w szpitalu bardzo mnie wykończyły. Nie byłem w stanie dać samodzielnie kroku, poruszałem się z balkonikiem – tak byłem osłabiony. W efekcie, moje mięśnie zanikały, nie miałem energii. 10 miesięcy od przeszczepu jestem wciąż osłabiony.”

*Krzysztof, choruje na białaczkę
bohater filmu dokumentalnego „Ja”, w reż. Anety Kopacz,
inaugurującego kampanię edukacyjną
„Żywienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą”¹*

Aż 77 proc. respondentów zgadza się ze stwierdzeniem, że spadek masy ciała, niedożywienie i wyniszczenie organizmu to naturalny stan w przypadku choroby nowotworowej – wynika z badania przeprowadzonego na zlecenie Nutricii Medycznej². Jednak nie jest to sytuacja, z którą każdy powinien się pogodzić. Osoba chora nie musi, a wręcz nie powinna chudnąć. Kampania „Żywienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą” ma na celu edukowanie na temat roli specjalistycznego żywienia w chorobie, zwłaszcza onkologicznej oraz edukowanie na temat żywienia medycznego jako integralnej części leczenia.

Mówienie o żywieniu medycznym jest ogromnym wyzwaniem, a to m.in. dlatego, że znajomość samego pojęcia jest bardzo niska – aż 66 proc. zapytanych Polaków przyznało, że nie wie, czym jest żywienie medyczne. Co więcej, respondenci poproszeni o opisanie własnymi słowami definicji żywienia medycznego wskazywali najczęściej ogólnie na dietę (28 proc.), karmienie przez kroplówkę (16 proc.) oraz przez sondę (13 proc.)³. Trzeba uświadomić społeczeństwo, że w pierwszym kroku, gdy tradycyjne żywienie okazuje się niewystarczające, należy rozważyć uzupełnienie codziennego jadłospisu chorego gotowymi preparatami odżywczymi. Doustne płynne diety to podstawowa, prosta i najbardziej dostępna forma leczenia żywieniowego. Dostępne są bez recepty i mogą stanowić wsparcie posiłków zarówno w szpitalu, jak i w domu, podczas całego procesu leczenia.

Warto podkreślić, że w przypadku choroby onkologicznej należy zwrócić szczególną uwagę na stan odżywienia pacjenta. Jeśli tylko to możliwe przewód pokarmowy powinien być systematycznie odżywiany, by móc funkcjonować prawidłowo. W innej sytuacji nie będzie w stanie sprawnie funkcjonować i będzie ulegać degradacji – zauważa dr hab. n. med. Stanisław Kłęk, chirurg onkolog, prezes Polskiego Towarzystwa Żywienia Pozajelitowego, Dojelitowego i Metabolizmu (POLSPEN).

Istnieje także niestudzne przeświadczenie, że żywienie medyczne jest mniej wartościowe niż

¹ Film dokumentalny „Ja” w reżyserii Anety Kopacz powstał w ramach kampanii edukacyjnej „Żywienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą”. Można obejrzeć go na kanale YouTube <https://www.youtube.com/watch?v=XrlwAV2LRVU>

² Badanie zrealizowane przez instytut badawczy Millward Brown na zlecenie Nutricii Medycznej w dniach 30.03-1.04.2016 r.; próba reprezentatywna ze względu na wiek, płeć, wielkość miejscowości i region, n=400; metodologia: ankieta internetowa: CAWI

³ j.w.

Partnerzy:



Polskie Towarzystwo
Onkologii Klinicznej



Polskie Towarzystwo
Żywienia Klinicznego Dzieci



Polska Koalicja
Pacjentów Onkologicznych



PROGRAM
EDUKACJI
ONKOLOGICZNEJ

porządny domowy posiłek – uważa tak co czwarta ankietowana osoba, oraz że produkty żywieniowe należą do tej samej kategorii co suplementy diety i witaminowe preparaty wzmacniające – wskazało tak aż 40 proc. badanych. Tymczasem specjalistyczne diety to odpowiednio zbilansowane dla osób chorych preparaty przeznaczenia medycznego, których zaletą jest skoncentrowanie wszystkich niezbędnych składników odżywczych oraz odpowiedniej ilości energii w małej dawce. Dzięki temu są w stanie w zupełności zastąpić normalną dietę, albo pojedyncze posiłki. Dopóki jednak pacjent może jeść, zalecane jest stosowanie ich jako uzupełnienia tradycyjnej diety. Chory powinien pić je małymi porcjami pomiędzy posiłkami.

W przypadku niemal każdego pacjenta onkologicznego przychodzi taki moment, kiedy nawet starannie opracowana naturalna dieta nie jest w stanie zaspokoić zwiększonego zapotrzebowania na energię, białko i pozostałe składniki odżywcze. W takim przypadku preparaty odżywcze są najlepszym sposobem na zwiększenie wartości odżywczej całodziennego wyżywienia chorego. Pozwalają pacjentowi przyjmującemu mniejsze objętościowo pokarmy, uzupełnić niedobory pokarmowe dużo mniejszym wysiłkiem. Jest to również często ratunek dla pacjentów, którzy w wyniku choroby mają problemy z gryzieniem lub połykaniem i nie są w stanie spożywać tradycyjnych posiłków – podsumowuje dietetyk Ewa Ceborska- Scheiterbauer, z poradni dietetycznej Food & Diet.

Specyficzne problemy żywieniowe pacjentów onkologicznych

Pacjenci onkologiczni są szczególnie narażeni na problemy z niedożywieniem, ponieważ znakomita większość stosowanych terapii wiąże się z występującymi w trakcie leczenia oraz po ich zakończeniu, problemami z jedzeniem. Pojawiają się liczne objawy niepożądane, takie jak wymioty, nudności, biegunki i bóle, które powodują utratę apetytu: *Metaliczny, dziwny smak, taki, którego nie można niczym zapić i zajeść. Nic nie smakuje, nie ma się ochoty absolutnie na nic, nawet na łyk wody, ma się wręcz jadłowstręt. W takiej sytuacji chudnie się momentalnie –* wspomina Agata, która chorowała na raka jajnika – bohaterka filmu dokumentalnego „Ja”.

Czasami spożywanie pokarmów jest niemożliwe w wyniku podrażnienia błony śluzowej przewodu pokarmowego, bądź trudności z połykaniem. W efekcie dostarczenie odpowiedniej ilości składników odżywczych bywa ogromnym problemem.

Co więcej, u pacjentów cierpiących na nowotwór wzrasta tempo przemiany materii, co prowadzi do dalszej niezamierzonej utraty masy ciała. *Niezaplanowane chudnięcie, które nie jest wynikiem naszych konkretnych działań w tym kierunku, to często pierwszy sygnał wskazujący na to, że nasz organizm choruje. Tak może reagować nasze ciało na rozwijający się w nim nowotwór. Dlatego tak ważne jest, by niezamierzonej utraty masy ciała nie bagatelizować i skonsultować się z lekarzem –* mówi dr hab. n. med. Stanisław Kłęk i dodaje, że o niedożywieniu mówimy wówczas, gdy utrata wagi w ostatnich 3 miesiącach przekracza 10 proc. należnej masy ciała danego człowieka.

Mając na uwadze specyfikę odżywiania w chorobach onkologicznych, każdy pacjent z wykrytym nowotworem powinien zostać objęty edukacją żywieniową, ponieważ lepszy stan odżywienia w momencie rozpoczęcia terapii, może przełożyć się na na lepsze efekty i tolerancję leczenia przeciwnowotworowego. Niestety pacjenci bardzo często zauważają problem zbyt późno, gdy chudną i rozwija się u nich niedożywienie – zwraca uwagę dietetyk Iwona Sajór z Instytutu

Partnerzy:



Polskie Towarzystwo
Onkologii Klinicznej



Polskie Towarzystwo
Żywności Klinicznego Dzieci



Polska Koalicja
Pacjentów Onkologicznych



PROGRAM
EDUKACJI
ONKOLOGICZNEJ

Żywności i Żywienia, ekspert ds. żywienia Centrum Edukacji Zdrowotnej.

Odpowiednie żywienie to też leczenie

Chorzy na nowotwór rzadko koncentrują się na związku pomiędzy stanem odżywienia a jego wpływem na przebieg leczenia. Ich uwagę przyciągają głównie doniesienia na temat pojedynczych produktów żywnościowych, które mogą „zwalczać” raka. Może to wynikać ze zbyt niskiego poziomu wiedzy na temat roli jaką składniki odżywcze pełnią w organizmie - podkreśla mgr Iwona Sajór.

Jeśli nie dostarczamy organizmowi wystarczającej ilości węglowodanów i tłuszczów, energia niezbędna do funkcjonowania pozyskiwana jest ze spalania białek. Na samym początku zużywane są białka wchodzące w skład mięśni, a następnie z innych narządów. Stąd w trakcie rozwoju choroby nowotworowej dochodzi do dużych niedoborów tego składnika i często trzeba je uzupełniać. Tymczasem co piąty ankietowany twierdzi, że osoby z nowotworem powinny unikać produktów wysokobiałkowych, ponieważ białko żywi raka.

Niedożywienie destabilizuje ważne funkcje organizmu, takie jak układ krążenia, układ nerwowy, czy układ oddechowy, a także upośledza działanie układu odpornościowego. Konsekwencją są szybka utrata masy ciała, zanik mięśni, pogorszenie sprawności psychoruchowej oraz zaburzenia trawienia, wchłaniania i perystaltyki jelit.

Pacjenci niedożywieni niekiedy nie są w ogóle kwalifikowani do leczenia. Wynika to z tego, że organizm, któremu brakuje odpowiednich składników odżywczych źle znosi okres terapii i rekonwalescencji, ma mniej sił do walki z chorobą – gorzej goją się rany, częściej też dochodzi do powikłań i infekcji. W przypadku takich pacjentów częściej obserwuje się komplikacje po leczeniu chirurgicznym – wylicza dr hab. n. med. Stanisław Kłęk.

Eksperci zgodnie podkreślają, że żywienie medyczne powinno być integralną częścią terapii. Polega na przeprowadzeniu u każdego pacjenta oceny stanu odżywienia i zapotrzebowania na wszystkie niezbędne substancje odżywcze, a w razie potrzeby podawaniu mu – drogą doustną, dojelitową lub pozajelitową – odpowiednich ilości energii, białka, elektrolitów, witamin, pierwiastków śladowych i wody oraz monitorowaniu jego stanu klinicznego.

O kampanii:

Mając na uwadze ogromną potrzebę podnoszenia świadomości nt. żywienia medycznego, firma Nutricia Medyczna zainicjowała ogólnopolską kampanię edukacyjną „Żywienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą”, która po raz pierwszy w tak szerokim zakresie podejmuje temat roli specjalistyczne żywienia w chorobie, zwłaszcza onkologicznej. Celem kampanii jest pokazanie skali zjawiska, zwrócenie uwagi na potrzeby żywieniowe pacjentów oraz edukowanie na temat żywienia medycznego jako integralnej części leczenia.

Pierwsza edycja kampanii edukacyjnej „Żywienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą” będzie trwała do końca 2016 roku. W tym czasie planowane są spotkania ekspertów z mediami w całej Polsce. Kampanię zainaugurowała premiera filmu dokumentalnego znanej reżyserki Anety Kopacz pt. „Ja”, który obecnie obejrzeć można na kanale YouTube: [Nutricii Medycznej](#). Częścią działań będzie także szeroka kampania informacyjna w TV, prasie i Internecie. Na potrzeby inicjatywy powstała także strona www.posilkiwchorobie.pl, na której pacjenci oraz ich opiekunowie znajdą informacje na temat odżywiania w chorobie.

Partnerzy:



Polskie Towarzystwo
Onkologii Klinicznej



Polskie Towarzystwo
Żywienia Klinicznego Dzieci



Polska Koalicja
Pacjentów Onkologicznych



PROGRAM
EDUKACJI
ONKOLOGICZNEJ

Inicjatywę tę wsparło wiele towarzystw naukowych i organizacji pacjenckich: Polskie Towarzystwo Żywienia Pozajelitowego, Dojelitowego i Metabolizmu (POLSPEN), Polskie Towarzystwo Onkologiczne (PTO), Polskie Towarzystwo Chirurgii Onkologicznej (PTChO), Polskie Towarzystwo Onkologii Klinicznej (PTOK), Polskie Towarzystwo Żywienia Klinicznego Dzieci (PTŻKD), Program Edukacji Onkologicznej (PEO), Polskie Stowarzyszenie Pielęgniarek Onkologicznych (PSPON), Polska Koalicja Organizacji Pacjentów Onkologicznych, Stowarzyszenie Amazonki oraz Fundacja Onkologiczna Alivia.

O firmie:

Nutricia Medyczna jest liderem na rynku żywienia medycznego, rozwijając szeroki i wyjątkowy portfel produktów dla pacjentów ze specjalnymi potrzebami żywieniowymi. Misją firmy jest sprawianie, by żywienie medyczne było integralną częścią leczenia.

Nutricia Medyczna działa zgodnie z ideą i zasadami BEST CARE, która oznacza dbałość o pacjentów oraz ich bliskich, poprzez dostarczanie im najlepszych, kompleksowych rozwiązań w zakresie specjalistycznego żywienia w chorobie. Nutricia Medyczna od lat współpracuje z lekarzami, pielęgniarkami i farmaceutami z całej Polski poznając ich potrzeby, a przede wszystkim potrzeby ich podopiecznych. Dzięki temu może na te potrzeby nieustannie odpowiadać, poprzez dostarczanie najwyższej jakości produktów i serwisu oraz szerokiego zakresu działań edukacyjnych.

Nutricia Medyczna oferuje ponad 200 najwyższej jakości produktów przeznaczonych zarówno dla dorosłych, jak i dzieci. Specjalizuje się w leczeniu żywieniowym dedykowanym różnym grupom pacjentów np. onkologicznym czy neurologicznym, posiada również bogate doświadczenie w zakresie chorób metabolicznych i rzadkich.

www.nutriciamedyczna.pl

Partnerzy:



 Polskie Towarzystwo
Onkologii Klinicznej



Polskie Towarzystwo
Żywienia Klinicznego Dzieci



Polska Koalicja
Pacjentów Onkologicznych



 ALIVIA

 PROGRAM
EDUKACJI
ONKOLOGICZNEJ