

# ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗ ΕΚΤΙΜΗΣΗ

## ΑΞΙΟΛΟΓΗΣΗ ΔΙΑΤΡΟΦΙΚΗΣ ΠΡΟΣΛΗΨΗΣ

*Kristy M. Hendricks, RD, MS, ScD*

Η διατροφική εκτίμηση αποτελεί το εργαλείο με το οποίο ο διαιτολόγος αξιολογεί τον ασθενή, προκειμένου να εξασφαλίσει τη διατήρηση της φυσιολογικής του ανάπτυξης και την καλή κατάσταση της υγείας του, να αναγνωρίσει παράγοντες κινδύνου που συμβάλλουν στην εμφάνιση ασθενειών, να ανιχνεύσει και να θεραπεύσει έγκαιρα διατροφικές ελλείψεις και υπερβάλλουσα πρόσληψη. Η σύγκριση ενός ατόμου με μία καθορισμένη βάση δεδομένων, αποτελεί τη βάση για αντικειμενικές συστάσεις και αξιολόγηση της διαιτητικής θεραπείας.<sup>1,2</sup> Αν και υπάρχει πληθώρα δημοσιευμένων στοιχείων για τη χρήση των ολοένα και πιο εξελισσόμενων τεχνικών, η κλινική κρίση και η ολοκληρωμένη λήψη ιστορικού αποτελούν σημαντικούς παράγοντες της διατροφικής εκτίμησης.<sup>3</sup> Στην περίπτωση των παιδιών, αυτοί περιλαμβάνουν το οικογενειακό ιστορικό, την εκτίμηση του ρυθμού ανάπτυξης, το ιατρικό ιστορικό συμπεριλαμβανομένης της πορείας ανάπτυξης, καθώς και τη φυσική εξέταση και ανθρωπομετρία. Η διατροφική εκτίμηση στα παιδιά είναι ιδιαίτερα σημαντική καθώς η υποθρεψία αποτελεί το μοναδικό και πλέον σημαντικό παράγοντα καθυστέρησης της ανάπτυξης.<sup>4</sup> Τόσο η οξεία όσο και η χρόνια υποθρεψία εμφανίζονται συχνά στους νοσηλευόμενους παιδιατρικούς ασθενείς στις Ηνωμένες Πολιτείες καθι-

στώντας απολύτως αναγκαία την πρώιμη ανίχνευση και θεραπεία διατροφικών ανεπαρκειών.<sup>5</sup> Επιπλέον, στις Ηνωμένες Πολιτείες, η υπερθρεψία στον παιδιατρικό πληθυσμό έχει αυξηθεί σημαντικά,<sup>6</sup> ενώ ιδιαίτερα σημαντική είναι η συσχέτιση της παχυσαρκίας με χρόνια νοσήματα στην ενήλικο ζωή, όπως οι καρδιοπάθειες και ο διαβήτης. Έτσι, η διατροφική εκτίμηση είναι εξίσου σημαντική για την έγκαιρη αντιμετώπιση της υπερθρεψίας.

Η αξιολόγηση συμπεριλαμβάνει συλλογή στοιχείων ανθρωπομετρίας, βιοχημικών αναλύσεων και κλινικής εξέτασης. Καθώς καφία από τις παραπάνω παραμέτρους δεν είναι από μόνη της επαρκής όσον αφορά την ύπαρξη επαρκούς ευαισθησίας και ειδικότητας, υπάρχει η δυνατότητα εφαρμογής διαφόρων τρόπων ελέγχου αξιολόγησης της κατάστασης θρέψης και στις τρεις κατηγορίες. Οι πίνακες αναφοράς (standards) για διαφορετικούς πληθυσμούς είναι πολύ σημαντικοί για την αξιολόγηση, όπως είναι και οι κατάλληλες τεχνικές και τα όργανα που χρησιμοποιούνται για τις διάφορες μετρήσεις. Στο εγχειρίδιο αυτό παρέχονται κατευθυντήριες οδηγίες για το πώς ξεκινά η αξιολόγηση ενός ατόμου (Πίνακας 1-1), ποια μέθοδος αξιολόγησης παρέχει χρήσιμες πληροφορίες, πώς και πότε είναι απαραίτητο να γίνουν εκτενέστερες και ακριβότερες εξετάσεις. Στον Πίνακα 1-2 φαίνεται ένα παράδειγμα φόρμας συλλογής στοιχείων αξιολόγησης στη γενική παιδιατρική.<sup>7</sup> Η έλλειψη ή συσσώρευση θρεπτικών συστατικών συνήθως συμβαίνει πολύ νωρίτερα από την εμφάνισή τους στη βιοχημική, ανθρωπομετρική ή κλινική εξέταση. Στο κεφάλαιο αυτό υπάρχουν οδηγίες για τη διαιτητική αξιολόγηση τέτοιων καταστάσεων. Οι διαφορετικοί ανθρωπομετρικοί δείκτες, οι τιμές αναφοράς, οι τεχνικές, η ερμηνεία των ευρημάτων και η κατάταξη ανάλογα με το βαθμό υποθρεψίας αναφέρονται λεπτομερώς στο Κεφάλαιο 2. Η κλινική αξιολόγηση αποτελεί θέμα του Κεφαλαίου 3. Οι βιοχημικές παράμετροι που είναι χρήσιμες για τη διατροφική αξιολόγηση, αναφέρονται στο Κεφάλαιο 4. Οι πληροφορίες των κεφαλαίων αυτών αφορούν τη βασική διατροφική αξιολόγηση. Οι διαφοροποιήσεις που αφορούν τις διάφορες παθήσεις και τη διαιτητική τους θερα-

**Πίνακας 1-1. Μία προσέγγιση στη διάγνωση διατροφικών προβλημάτων**

Έλεγχος	Διατροφικός	Κλινικός	Ανθρωπομετρικός	Βιοχημικός
Συνήθεις:	Εφαρμόζεται σε όλους τους ασθενεῖς. (Διατροφική Πυρεψίδα/Συγχόνησης κατανάλωσης τροφίων). Χρήση συμπληρωμάτων βιταμινών και μεταλλιών, διατροφικές συνθήσεις της οικογένειας, κοινωνική βοήθεια μέσου ή του διεξοδικού ελέγχου	Ιστορικό και φυσική εξέταση για αξιολόγηση της σωματικής υγείας και της κατάστασης των δοντιών, σεξουαλική φαρδιάσκων, χρήση φαρμακών	Βάρος, ύψος, περιμετρος κεφαλής, βάρος σε σχέση με το ύψος και BMI	Αιματοφαρίνη, αιματοκρίτης, MCV, ολική χοληστερολη (LDL προς ολική χοληστερολη, βάλση Πλάκα 29-2 σελίδα 483)
Μέρος επιπέδου:	Εφαρμόζεται εάν αυτοτροφικάται από του ανήθικη έλεγχο, ή σε οικάδες υψηλού κινδύνου για χορόνα διατροφικά προβλήματα, καθώς και σε παιδιά με ιδιαιτερες ανάγκες	Ανάλιψη 24ώρου και ημερολόγιο κατανάλωσης 3 έως 7 ημέρες, αξιολόγηση αντιπαράξενης ιδιομοίχειας	Εκταχτηρισμός (π.χ. δέρματος, μαλων, νυχιών)	Ζεσοργια για το ύψος και το βήφος, δεξιατική φρυμής, αεμφοκυτάρων (TLC) κατά την ενημέρωση

**Πίνακας 1-1. Μία προσέγγιση στη διάγνωση διατροφικών προβλημάτων (συνέχεια)**

Έλεγχος	Διατροφικός	Κλινικός	Ανθρωπομετρικός	Βιοχημικός
Διεξοδικός:	Εφαρμόζεται στην οξεία ή χρόνια αποθέψια καθηνές και για τον εγκύο των ασθενών με χρόνια νοσήματα.	Όπως και στον μέσου επιπέδου εγκύο αλλά οι παραπρήξεις γίνονται κατά τη διαρρεία ηλικίας νοσηλείας	Κατάσταση οστών (π.χ. μεγέθυνση των επιφύσεων, κρανιακή εξόστωση), ηλικία των οστών	Ταχύτητα αύξησης του ώμους Επίπεδα σημεκρούμενων βιταμινών, ιεστάλλων και μετεκροκυτώνής ενζύμων και πρωτεΐνων που αποτελούν τα θερεπικά αυτά οιοιχέα, καθηυτέρως της δερματικής ευανοθήσιμης βλέψεις ή νοικα 42, σελόν σ 76)

BMI = δείκτης μάζας σώματος, MCV = μέσος όγκος ερυθρών, LDL = λιποπρωτεΐνες χαμηλής πυκνότητας

**Πίνακας 1-2. Φόρμα διατροφικής αξιολόγησης του παιδιατρικού ασθενή**

Όνομα \_\_\_\_\_  
 Ημερομηνία \_\_\_\_\_  
 Ημ/νία Γέννησης \_\_\_\_\_

**Ιστορικό**

Προβλήματα που παρουσιάζονται \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Ιστορικό ανάπτυξης** \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_

**Ανθρωπομετρία**

Βάρος \_\_\_\_\_ κιλά \_\_\_\_\_ εκατοστιαία θέση \_\_\_\_\_ % του standard

Ύψος \_\_\_\_\_ cm \_\_\_\_\_ εκατοστιαία θέση \_\_\_\_\_ % του standard

Βάρος/΍ψος \_\_\_\_\_ εκατοστιαία θέση

BMI \_\_\_\_\_

Περίμετρος κεφαλής \_\_\_\_\_ cm \_\_\_\_\_ εκατοστιαία θέση

Πάχος δερματικής πτυχής \_\_\_\_\_ mm \_\_\_\_\_ εκατοστιαία θέση

Περίμετρος βραχίονα \_\_\_\_\_ cm \_\_\_\_\_ εκατοστιαία θέση

**Βιοχημικές μετρήσεις**

Αιμογλοβίνη \_\_\_\_\_ WBC \_\_\_\_\_

Αιματοκρίτης \_\_\_\_\_ TLC \_\_\_\_\_

MCV \_\_\_\_\_ Xοληστερόλη \_\_\_\_\_

Αλβουμίνη \_\_\_\_\_ LDL \_\_\_\_\_

Ολική πρωτεΐνη \_\_\_\_\_

**Κλινική εικόνα**

Συμπτώματα διατροφικής έλλειψης ή υπερβάλλουσας πρόσληψης

Ορισμός βαθμού υποθρεψίας \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_  
 \_\_\_\_\_