

# Signaleringskaart ondervoeding kwetsbare ouderen

## Signaleren van ondervoeding bij kwetsbare ouderen

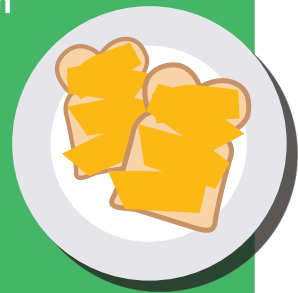
### Wat kunt u doen met deze signaleringskaart?

Deze kaart kan u helpen om signalen van ondervoeding te herkennen en te bespreken.

- Kleding is ruimer gaan zitten
- De riem zit een gaatje strakker
- Het horloge om de pols zit losser
- Ring zit los om de vinger
- Het gewicht is ongewenst > 4 kg gedaald (binnen 6 maanden)



- Geeft aan dat het eten niet smaakt/niet lekker is
- Eten en drinken blijft staan
- De koelkast blijft vol/leeg of bevat producten waarvan de houdbaarheidsdatum is verstreken
- Aangebroken kleine porties blijven staan



### Verminderde eetlust

### Zelfstandigheid

- Heeft hulp nodig bij het halen van de boodschappen
- Heeft hulp nodig bij de maaltijdbereiding
- Heeft hulp nodig van anderen bij het eten en drinken



### Overige signalen

- Geeft aan het voortdurend koud te hebben
- Kauwen gaat moeilijker (niet passend gebit), problemen met mond
- Is meer vermoeid
- Heeft toegenomen moeite met het opstaan, lopen en traplopen



# Hoe werkt de signaleringskaart?



**Herkent u één of meerdere signalen?**

**Probeer dit dan bespreekbaar te maken met behulp van onderstaande tips:**

Bespreek de signalen: “Het valt mij op dat..., klopt dat?”

Vraag of er al iets aan gedaan wordt.

Vraag of er hulp nodig is en welke hulp. Bijvoorbeeld door het te bespreken met de familie, mantelzorgers of de verzorging.

Als er geen netwerk is, adviseer dan om zelf de huisarts te bellen of wijs op de mogelijkheid van het inschakelen van een ouderenadviseur.

Voor meer informatie kunt u kijken in het zorgpad:  
[www.netwerkdementie.nl/zorgpad](http://www.netwerkdementie.nl/zorgpad)

Meer informatie is ook te vinden op:  
[www.goedgevoedouderworden.nl](http://www.goedgevoedouderworden.nl)