

Fachpresseinformation Oktober 2016

## Gerontologie und Geriatrie Kongress 2016

### **Frailty mit Ernährungsinterventionen verhindern**

Stuttgart/Erlangen, 13. Oktober – Ernährungszustand und Gebrechlichkeit (Frailty) sind eng miteinander verbunden.<sup>1</sup> Dementsprechend spielen Interventionen wie Ernährungsberatung, Anreicherung der Kost oder die Gabe von Trinknahrung in Kombination mit körperlichem Training bei Frailty eine wichtige Rolle – so der Tenor der Experten beim Mittagssymposium „Update Frailty“ im Rahmen des Gerontologie und Geriatrie Kongresses 2016 in Stuttgart.<sup>2</sup> Das auf medizinisch enterale Ernährung spezialisierte Unternehmen Nutricia unterstützte die Veranstaltung und stellt mit seiner Produktreihe Fortimel® eine Trinknahrung zur Verfügung, die einen effizienten Beitrag zur Verbesserung des Ernährungszustandes leisten kann.

Diagnosestellung und Einteilung in Schweregrade erfolgen bei Frailty sehr heterogen: PD Dr. Michael Drey, München, zufolge kommen aktuell 67 verschiedene Frailty-Instrumente zum Einsatz. Am häufigsten verwendet wird das Scoring des physischen Phänotyps nach Fried.<sup>3</sup> In diese Beurteilung gehen unter anderem ein unfreiwilliger Gewichtsverlust, subjektive Erschöpfung, Muskelschwäche, reduzierte Ganggeschwindigkeit und eine herabgesetzte körperliche Aktivität ein.<sup>3</sup> Andere Scores berücksichtigen darüber hinaus auch Aspekte wie Kognition, Stimmung, sensorische Einschränkungen, soziales Umfeld und chronische Erkrankungen.<sup>4</sup> Daten von Fried et al. zufolge haben Frailty-Patienten ein erheblich höheres Mortalitätsrisiko als robuste Patienten.<sup>3</sup>

#### **Enge Assoziation zwischen Frailty und Ernährung**

Den engen Zusammenhang zwischen Mangelernährung und Frailty machte Professor Dr. Dorothee Volkert, Nürnberg, anhand aktueller Daten deutlich: In einer Kohorte älterer Krankenhauspatienten war etwa die Hälfte der Teilnehmer gebrechlich. Von diesen war etwa ein Drittel mangelernährt und weitere 50 Prozent wiesen ein Risiko für eine Mangelernährung auf.<sup>1</sup>

Auch eine Reihe epidemiologischer Untersuchungen unterstreicht die Assoziation zwischen Nährstoffzufuhr und Frailty: So zeigen Auswertungen der InChianti- und der Women's Health-Studie, dass Patienten mit geringer Proteinaufnahme ein deutlich erhöhtes Frailty-Risiko haben als Menschen mit einer normalen Eiweißzufuhr.<sup>5,6</sup> Aber auch eine verminderte Aufnahme von Vitaminen und Mineralstoffen ist mit Frailty assoziiert.<sup>7</sup>

### **Mediterrane Kost hat positive Effekte**

Aus epidemiologischen Daten lässt sich auch ein möglicher positiver Einfluss einer pflanzlich betonten, fettmodifizierten „mediterranen“ Ernährung ableiten. So zeigt eine Querschnittstudie mit 193 zuhause lebenden Senioren aus der Region Nürnberg, dass Menschen mit dieser Kostform weniger häufig gebrechlich sind: Ein MDS (Mediterranean Diet Score) von  $\leq 3$  war mit einem Frailty-Risiko von 1 assoziiert, ein MDS von  $\geq 6$  mit einer Odd Ratio von 0,19 (0,05-0,82).<sup>8</sup> Vergleichbare Ergebnisse liefern auch andere Kohorten.<sup>9,10</sup> Volkert erklärte: „Hintergrund könnte sein, dass eine bedarfsgerechte Energie- und Proteinzufuhr zum Erhalt der fettfreien Körpermasse beiträgt.“

### **Mit Ernährungsinterventionen Defizite ausgleichen**

„Ziele von Ernährungsinterventionen sind der Ausgleich von Defiziten und die Kompensation der anabolen Resistenz mit dem Ziel, Frailty zu reduzieren und Verschlechterungen zu vermeiden“, so Volkert. Als mögliche Optionen nannte sie unter anderem Essen auf Rädern, Ernährungsberatung, eine Anreicherung der Nahrung und die Gabe von Trinknahrung.

Die DGEM-Leitlinie Geriatrie sieht Trinknahrung bei älteren gebrechlichen Menschen als Teil eines umfassenden individuellen Ernährungskonzeptes vor, wenn die Nahrungsaufnahme nicht ausreicht, um eine adäquate Zufuhr an Energie, Eiweiß und Mikronährstoffen zu gewährleisten.<sup>11</sup> Dass mit der Gabe von Trinknahrung tatsächlich eine positive Veränderung des Frailty-Scores erreicht werden kann, zeigen aktuelle Daten von Ng et al.<sup>12</sup> Gesteigert werden kann der Effekt der Ernährungsintervention durch vermehrte körperliche Aktivität: Luger et al. erreichten Patienten über 65 Jahre, die im häuslichen Umfeld lebten, durch vermehrte Zufuhr von Energie, Protein und Wasser sowie regelmäßiges körperliches Training einen Rückgang von Mangelernährung und Frailty.<sup>13</sup> Fazit von Volkert: „Ernährungsinterventionen spielen bei der Therapie von Frailty eine zentrale Rolle“.

### **Fortimel® – Trinknahrung von Nutricia**

Einen wichtigen und effizienten Beitrag zur Verbesserung des Ernährungszustandes kann eine vollbilanzierte medizinische Trinknahrung wie z.B. Fortimel® zur ergänzenden oder ausschließlichen Ernährung leisten. Die medizinische Trinknahrung Fortimel® steht in zahlreichen Produktvarianten zur Verfügung, um den individuellen Bedürfnissen der unterschiedlichen Patienten gerecht zu werden. Fortimel® Compact 2.4 beispielsweise ist eine vollbilanzierte, hochkalorische Trinknahrung mit 2,4 kcal/ml, die 300 kcal pro Flasche mit nur 125 ml enthält. Das Produkt steht in sieben Geschmacksrichtungen und als neutrale Variante zur Verfügung. Darüber hinaus gibt es Fortimel® Trinknahrung beispielsweise auch mit Ballaststoffen, besonders hohem Eiweißgehalt oder mit frischem Joghurt-Geschmack.

**Quellen:**

- 1 Dörner TE et al. J Nutr Health Aging 2014;18:264-269
- 2 Mittagssymposium „Update Frailty“ im Rahmen des Gerontologie und Geriatrie Kongresses 2016 am 9.9. in Stuttgart; Veranstalter: Nutricia GmbH, Erlangen
- 3 Fried L et al., J Gerontol Med Sci 2001; 56:146-156
- 4 Rockwood K et al., CMAJ 2005;173(5):489-95
- 5 Bartali et al., J Gerontol 2006;61 A: 589-93
- 6 Beasley JM et al., JAGS 2010;58:1063-71
- 7 Bartli und Semba et al., J Gerontol 2006;61A: 594-599
- 8 Bollwein et al., J Gerontol 2013;68:483-9
- 9 León-Munoz et al., J Am Med Dir Assoc 2014
- 10 Garcia-Esquinas et al., Am J Clin Nutr 2016
- 11 Volkert et al., Aktuel Ernaehr Med 2013
- 12 Ng et al., Am J Med 2015
- 13 Luger et al., JAMDA 2016

**Spezialist auf dem Gebiet der medizinisch enteralen Ernährung**

Die Nutricia GmbH mit Sitz in Erlangen ist Spezialist für medizinisch enterale Ernährung. Das Unternehmen bietet Konzepte zur Patientenversorgung im stationären und ambulanten Bereich. Zum Sortiment gehören Trink- und Sondennahrung für Kinder und Erwachsene, Applikationssysteme, Ernährungs sonden und Ernährungspumpen sowie spezielle Produkte zur Ernährungstherapie bei seltenen, erblichen Stoffwechselstörungen. International ist Nutricia ein Teil der Medical Nutrition Sparte von Danone.

Weitere Pressemeldungen der Nutricia GmbH finden Sie auch unter [www.nutricia.de/presse/](http://www.nutricia.de/presse/)

**Ansprechpartner für die Redaktionen:****NUTRICIA GmbH**

Danone Medical Nutrition

Heike Dammann

Externe Unternehmenskommunikation

Allee am Röthelheimpark 11

91052 Erlangen

Tel.: +49 (0) 9131 7782-313

E-Mail: [heike.dammann@nutricia.com](mailto:heike.dammann@nutricia.com)

[www.nutricia.de](http://www.nutricia.de)

**3K Agentur für Kommunikation GmbH**

Karin Helleport

Feldbergstr. 35

60323 Frankfurt

Tel.: +49 (0) 69 971711-0

E-Mail: [karin.helleport@3k-kommunikation.de](mailto:karin.helleport@3k-kommunikation.de)

[www.3k-kommunikation.de](http://www.3k-kommunikation.de)