

## O sile wsparcia żywieniowego u chorych na raka

Zastosowanie żywienia medycznego na wczesnym etapie choroby nowotworowej u pacjentów niedożywionych lub zagrożonych niedożywieniem może wpływać na efekty leczenia onkologicznego, zmniejszać ilość powikłań, poprawiać jakość życia i w rezultacie prowadzić do jego wydłużenia – mówili eksperci podczas sesji Żywienie chorych na nowotwory złośliwe, odbywającej się w ramach XII Letniej Akademii Onkologicznej, która w dn. 17-19 sierpnia miała miejsce w Warszawie. Partnerem wydarzenia była Fundacja Nutricia.

Według różnych danych, problem niedożywienia dotyka od 30% do 85% pacjentów onkologicznych. Szacuje się, że prawie co piąta osoba z nowotworem umiera nie bezpośrednio z powodu choroby, lecz właśnie z powodu niedożywienia. – *Niedożywienie nie zaczyna się tam, gdzie kończy się życie pacjenta onkologicznego, tylko tam gdzie zaczyna się choroba onkologiczna* – mówił **prof. Przemysław Matras, prezes Polskiego Towarzystwa Żywienia Klinicznego z I Katedry i Kliniki Chirurgii Ogólnej, Transplantacyjnej i Leczenia Żywieniowego Uniwersytetu Medycznego w Lublinie**, podkreślając, że ryzyko rozwoju niedożywienia powinno być brane pod uwagę już w momencie diagnozy. Tym bardziej, że cofnięcie tego procesu jest trudne i długotrwałe, podczas gdy jego skutki są bolesne. – *Niedożywienie jest najczęstszą przyczyną wydłużania przerw między cyklami chemioterapii czy między operacją a zastosowaniem leczenia wspomagającego, co jak nietrudno sobie wyobrazić pogarsza rokowania chorego* – dodał prof. Matras.

Dlaczego tak się dzieje? – *Wysiłek dla organizmu związany z interwencją medyczną, taką jak np. duża operacja chirurgiczna, jest porównywalny do przebiegnięcia maratonu. Nikt sobie nie wyobraża, by pokonać 42 km na głodnego, a jednak wiele osób nie ma oporów, by proponować leczenie ludziom skrajnie lub przewlekłe niedożywionym* – tłumaczył **dr Paweł Kabata z Kliniki Chirurgii Onkologicznej Gdańskiego Uniwersytetu Medycznego, konsultant szpitalny w zakresie leczenia żywieniowego**, nawiązując do faktu, że rola właściwego żywienia pacjentów onkologicznych często jest niedoceniana. Tymczasem chory lepiej odżywiony bardziej skorzysta z zastosowanego leczenia. Proces regeneracji organizmu wymaga bowiem znacznego nakładu energii i odpowiedniej ilości składników odżywczych. Kluczowe jest zwłaszcza białko, stanowiące podstawowy budulec organizmu, zapotrzebowanie na które w chorobie nowotworowej wzrasta prawie dwukrotnie! – *Niedożywienie jest przede wszystkim brakiem białka, spowodowane tym, że chory*

ORGANIZATOR:



PARTNERZY:



onkologicznie ma często trudności w trawieniu, wchłanianiu oraz metabolizowaniu tego, co je – podsumował prof. Matras.

### Jak rozpoznać niedożywienie i kto jest w grupie ryzyka?

Każdy pacjent, nie tylko onkologiczny, po przyjęciu do szpitala powinien zostać poddany przesiewowej ocenie stanu odżywienia. Może być ona wsparta badaniami biochemicznymi, oceną antropometryczną czy analizą składu ciała, która w praktyce wykonywana jest tylko w niektórych ośrodkach. To narzędzia, jakie mają do dyspozycji specjaliści, lekarze i dietetycy. Ale sygnały wskazujące na ryzyko rozwoju niedożywienia może również rozpoznać sam pacjent lub jego opiekun. – *Jest to przede wszystkim niezamierzona utrata masy ciała. Niepokoić powinna już utrata około 5% masy w ostatnich 3 miesiącach, co przy pacjentce ważącej 60 kg będzie oznaczało zaledwie 3 kg mniej. Natomiast niezamierzona utrata 10% masy ciała w ciągu 3 miesięcy będzie już równoznaczna z koniecznością wdrożenia wsparcia żywieniowego* – wyjaśniała **dr n. med. Joanna Grupińska, dietetyk z Katedry i Zakładu Chemii Medycznej i Medycyny Laboratoryjnej Uniwersytetu Medycznego w Poznaniu i Wielkopolskiego Centrum Onkologii**. W praktyce pacjenci często jednak nie potrafią udzielić odpowiedzi na pytanie, czy i ile schudli, gdyż na co dzień się nie ważą. W takim przypadku przydatnym parametrem może być informacja o tym, że ubrania zaczęły być na nich luźne. Warto też dopytać pacjenta, ile zjada z podanego talerza. Czy jest to np. połowa czy trzy czwarte porcji, którą zjadał wcześniej, przed diagnozą.

Niedożywienie może wystąpić właściwie w każdym typie nowotworu. – *Mieliśmy pacjentki z rakiem piersi, u których musieliśmy stosować bardzo zaawansowane techniki leczenia żywieniowego, mieliśmy chorych z nowotworami jelita grubego wymagających takiej interwencji* – wylicza dr Paweł Kabata. Aczkolwiek największe ryzyko, bo dotyczące od 60 do nawet 90% przypadków, dotyczy pacjentów z nowotworami górnego odcinka przewodu pokarmowego i nowotworami narządów głowy oraz szyi. Często w ich przebiegu występują zaburzenia połykania albo guz stanowi fizyczną przeszkodę uniemożliwiającą jedzenie.

### Komu jakie wsparcie żywieniowe?

Każdy chory onkologicznie na każdym etapie choroby może wymagać wsparcia żywieniowego. Pierwsze pytanie, które zadają sobie lekarze, dobierając jego rodzaj brzmi: czy pacjent jest w stanie samodzielnie jeść. Jeśli tak, to prawdopodobnie wystarczy modyfikacja sposobu odżywiania, często wsparta stosowaniem doustnych preparatów odżywczych o dużej zawartości białka. – *W ten sposób jesteśmy w stanie skutecznie*

ORGANIZATOR:



PARTNERZY:



*pomóc wielu pacjentom i w dobrym stanie odżywienia doprowadzić ich do rozpoczęcia leczenia onkologicznego i przeprowadzić przez okres pooperacyjny – wyjaśnił dr Paweł Kabata.*

Jeśli natomiast pacjent nie może przyjmować pokarmów drogą doustną, należy mu je wówczas dostarczyć tzw. drogą sztucznego dostępu. – *Pierwszym wyborem powinno być w takiej sytuacji żywienie dojelitowe, a więc podawanie specjalistycznych preparatów bezpośrednio do żołądka lub jelita cienkiego przez tzw. zgłębniki lub dostęp stały, czyli gastrostomię lub jejunostomię. Ostatnią metodą z wyboru jest żywienie pozajelitowe, w postaci kroplówki podawanej do żyły centralnej – tłumaczył dr Kabata.* Jak podkreślił, obie metody odżywiania dostępne są nie tylko w szpitalu, ale również dla pacjentów przebywających w domu. Mamy bowiem w Polsce refundowany program żywienia w warunkach domowych, w ramach którego każdy chory wymagający długoterminowego żywienia może otrzymać profesjonalną opiekę żywieniową, z czego nie wszyscy pacjenci i ich opiekunowie zdają sobie sprawę.

### Kiedy najlepiej reagować?

Wsparcie w postaci doustnych preparatów do żywienia medycznego z dużą ilością białka niemalże od razu po operacji zaczął stosować Robert, mąż **Elżbiety Brzozowskiej**, u którego w wieku 45 lat rozpoznano raka jelita grubego. – *W trakcie choroby męża wielokrotnie konsultowaliśmy się z dietetykiem klinicznym, który uświadomił nam, że w okresie rekonwalescencji organizm chorego potrzebuje i wydatkuje znacznie więcej energii. Również lekarz z poradni leczenia ran, pod której byliśmy opieką, od początku dbał nie tylko o oczyszczenie i opatrzenie rany, ale na każdej wizycie upewniał się, czy Robert odpowiednio się odżywia i stosuje żywienie medyczne o dużej zawartości białka – opowiadała Ela.* Gdy mąż już mógł normalnie gryźć i połykać, zamiast preparatów w płynie zaczął wspierać się wysokobiałkowym preparatem w proszku, który dosypywał do posiłków. Od tamtego czasu minęło 2 lata. Robert jest zdrowy.

– *Im wcześniej zareagujemy, tym niższy będzie stopień niedożywienia chorego, i tym łatwiej i szybciej zastosowana interwencja przyniesie rezultaty. Dlatego tak ważne jest, by lekarz przewidywał możliwe następstwa choroby nowotworowej i zalecił wdrożenie żywienia medycznego zanim pojawi się problem –* komentował prof. Przemysław Matras. Eksperti biorący udział w debacie jednogłośnie przyznali, że dbając o właściwe odżywienie organizmu chorego, zmniejszamy ryzyko wystąpienia różnych konsekwencji niedożywienia – możemy nie tylko poprawić efekty leczenia antynowotworowego, ale również jakość życia pacjenta, co może przełożyć się na wydłużenie jego życia. To jeden z głównych powodów, dlaczego opieka żywieniowa powinna stanowić integralny element leczenia onkologicznego.

ORGANIZATOR:



PARTNERZY:



Organizatorami XII Letniej Akademii Onkologicznej dla Dziennikarzy są Fundacja im. dr. Macieja Hilgiera oraz Polska Liga Walki z Rakiem. To największe tego typu spotkanie ekspertów z dziedziny onkologii oraz przedstawicieli mediów zainteresowanych tematyką nowotworów – ich profilaktyki, diagnozowania i leczenia.

\*\*\*

### O kampanii „Żywnienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą”

Kampania edukacyjna „Żywnienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą” ma na celu budowanie świadomości na temat żywienia medycznego jako integralnego elementu opieki zdrowotnej oraz wsparcie pacjentów i ich opiekunów w procesie leczenia. Od pierwszej edycji zrealizowanej w 2016 działania obejmowały edukację na temat wsparcia żywieniowego w chorobie nowotworowej. W kolejnych latach kampania została poszerzona o aktywności dedykowane neurologii, a także dotyczące żywienia dojelitowego przez specjalny dostęp do przewodu pokarmowego (bezpośrednio do żołądka lub jelita) z uwzględnieniem różnych jednostek chorobowych, w których jest ono stosowane.

Inicjatywa została powołana w 2016 roku przez firmę Nutricia. **Od V edycji realizowana jest przez Fundację Nutricia.**

Kampanię od początku powstania wspiera wiele towarzystw naukowych i organizacji pacjentów.

[www.zywnienimedyczne.pl](http://www.zywnienimedyczne.pl)

### O Fundacji Nutricia

Fundacja Nutricia została powołana w 1996 r. przez firmę Nutricia Polska Sp. z o.o. Od początku swojej działalności Fundacja podnosi świadomość na temat roli żywienia, początkowo angażując się m.in. w edukację żywieniową w okresie 1000 pierwszych dni życia dziecka. Od 2019 r. misją Fundacji Nutricia jest edukacja o roli żywienia na różnych etapach życia człowieka. Swoje działania Fundacja kieruje do dzieci i rodziców, pacjentów oraz ich bliskich, przedstawicieli środowiska medycznego, instytucji publicznych i organizacji pozarządowych. Fundacja prowadzi ogólnopolskie programy edukacyjne, takie jak: „1000 pierwszych dni dla zdrowia” czy kampania „Żywnienie medyczne – Twoje posiłki w walce z chorobą”. Realizuje także ogólnopolski konkurs grantowy, umożliwiając naukowcom prowadzenie badań naukowych z zakresu żywienia człowieka.

[www.fundacjanutricia.pl](http://www.fundacjanutricia.pl)

<https://www.facebook.com/FundacjaNutricia>

<https://www.instagram.com/jestempiekunem/>

ORGANIZATOR:



PARTNERZY:

