

· 述 评 ·

加强老年营养管理 构建高质量生活

胡雯

(四川大学华西医院临床营养科,成都 610041)

【摘要】 随着我国人口老龄化进程的加剧,老年人营养问题日益凸显。国家已在政策层面对老年人群健康问题给予极大关注。本文分析我国老年人群营养现状及其疾病负担,提出相关营养干预重点和推动方向。

【关键词】 老年人;营养管理;健康老龄化

【中图分类号】 R459.3 **【文献标志码】** A **【DOI】** 10.11915/j.issn.1671-5403.2017.12.205

Emphasize nutrition management and build high quality life for the aged

HU Wen

(Department of Clinical Nutrition, West China Hospital, Sichuan University, Chengdu 610041, China)

【Abstract】 With the accelerated speed of population aging in china, the problem of nutrition management of the aged has become more and more serious. The government has been paying great attention to the health of the elderly at the policy level. In this article, we analyzed the nutrition status and the disease burden of aged population, and put forward the key points of nutritional intervention and the related strategies.

【Key words】 aged; nutrition management; healthy aging

Corresponding author: HU Wen, E-mail: wendy_nutrition@163.com

随着我国人口老龄化进程加速,我国老年人群对医疗卫生的需求和利用率呈明显增长趋势。由于老年人群生理功能逐渐衰退、且多伴有多种慢性疾病共存,其营养问题日益突出,老年营养管理也面对诸多挑战,是医疗机构持续发展过程中的重要问题。

1 现状与需求

1.1 人口老龄化趋势严峻

国家统计局发布的数据显示^[1],截至2014年末,我国60周岁及以上老年人口达2.12亿,65周岁及以上老年人口占总人口的10.1%,比2010年人口普查上升1.23%^[2]。人口老龄化加重社会负担,同时涉及经济、卫生政策和医疗服务模式的改变等多项问题^[3-5]。机体的组成和能量储存代谢随着年龄的增长不断发生变化,老年住院患者也逐渐增多,加之急慢性疾病的影响以及社会、心理等多方面的因素,使得老年患者发生营养不良的风险增加。即使平时营养状况尚可的老年人,住院期间因所患疾病或因治疗而减少营养的摄入,仍可能出现体质

量下降和营养不良。

1.2 老年人群营养不良问题突出

受年龄大、病程长、病种复杂等多种因素影响,老年人营养状况一般较其他人群差。2012年全国老年住院患者的营养调查结果显示,具有营养不良风险的老年患者高达49.70%,已发生营养不良者为14.67%^[6]。同时我国老人存在营养缺乏与营养过剩的双重问题。2015年《中国老人营养与健康报告》指出:我国老人营养风险整体较高,48.4%营养状况不佳;超重和肥胖率分别高达31.8%和11.4%。营养不良加速老年人疾病与并发症的发生发展、增加住院时间及医疗费用、降低生活质量、增加死亡,需引起高度重视。及早发现老年人存在的营养问题并进行干预,对改善临床结局、提高老年人生活质量有重要意义。随着老年健康问题的不断涌现,老年营养越来越受到重视,解决老年患者营养问题需要极强的临床营养专业支撑和较长的专业营养管理周期,老年营养学科的发展也需不断取得进展。

老年认知功能衰退和阿尔茨海默病(Alzheimer's disease, AD)、帕金森病(Parkinson's disease, PD)等神经退行性疾病的患病率逐年攀升,已严重威胁老年人的健康和生活质量。研究表明,我国老年人群认知功能受损与多种营养素缺乏有关^[7]。地中海饮食等饮食模式可使 AD 的发生风险降低^[8]。研究者已尝试应用蛋白质组学、代谢组学技术探求老年认知功能障碍营养干预的分子机制。老年神经退行性疾病常伴随着失能,失能直接影响老年人日常生活能力(activity of daily living, ADL)、生命质量、心理健康水平以及社会适应能力,甚至加速其认知功能衰退。中国老龄科学研究中心的调查显示:2010 年末,我国失能老人数量达到了 3300 万人,失能老人占老年人口的 19%^[9]。

2 国家政策导向

党的十八大和十八届三中、四中、五中全会以及“十三五”规划纲要均在应对人口老龄化、加快建设社会养老服务体系、发展养老服务产业等提出明确要求,把积极应对人口老龄化纳入国家战略,并采取了一系列举措发展老龄事业。习总书记在十九大中提出积极应对人口老龄化,构建养老、孝老、敬老政策体系和社会环境,推进医养结合,加快老龄事业和产业发展。国务院办公厅日前印发《国民营养计划(2017-2030 年)》,提出我国六项重大行动之一即为老年人群营养改善行动,应采取多种措施满足老年人群营养改善需求,促进“健康老龄化”。《国民营养计划》还指出应开展老年人群营养状况监测和评价,建立老年人群营养健康管理与照护制度,在家庭保健服务中纳入营养工作内容,实现无缝对接与有效管理。推进多部门协作机制,实现营养工作与医养结合服务内容的有效衔接。

3 老年营养管理推进路径

人口老龄化向传统医疗服务模式提出了严峻的挑战,加强临床营养管理已是老年患者综合治疗的重要内容。解决老年患者营养问题需要极强的专业支撑和较长的管理周期,在医疗资源紧张、追求床位周转率的现实情况下,要在有限的住院期间完全改善老年患者的营养问题极不现实。营养管理重心应转移到家庭,病情较平稳的老年患者可回家或在社区康复中心接受延续性营养和护理服务^[10]。国外家庭营养管理(home nutrition administration, HNA)始于 20 世纪 70 年代,在 80、90 年代迅速发展和普及,亚洲国家中日本对于老年人居家照护最为成熟,

其营养管理体系值得借鉴。国内 HNA 起步晚,仍处于探索阶段,我国老年患者家庭营养管理尚未规范,因此,为提高营养从业人员对居家老年患者的营养管理水平,中国老年医学学会营养与食品安全分会拟发布《老年患者家庭营养管理中国专家共识(2017)》,提出由多学科组成的家庭营养管理团队对老年患者进行合理规范的家庭营养管理。HNA 不仅可改善老年患者的生理功能、满足其心理需求,还可促进医疗资源的优化配置,必将成为医疗改革的发展方向之一。

四川大学华西医院临床营养科团队长期进行老年营养研究,协办中国老年医学学会营养与食品安全分会,整合资源,搭建平台,积极开展建立老年人营养学学科标准与临床营养治疗规范等工作,同时加强对相关医务工作者的教育和培训,并在“H2H(Hospital to Home)”营养管理模式基础上,构建中国未来新型医养结合的养老保健模式,促进老年营养事业健康发展。本专题将从老年静息能量消耗测定、老年食管癌术后营养支持、阿兹海默症的最新进展、老年人 ADL-失能危险因素分析、日本老年家庭营养管理模式五个方面对这一领域的研究进展进行阐述,目的在于对老年人群进行合理、有效、持续地营养管理,逐步提高老年人群的整体营养水平。

【参考文献】

- [1] 《2014 年国民经济和社会发展统计公报》发布[J]. 城市规划通讯, 2015, (5): 12. Statistical communique on national economic and social development of People's Republic of China in 2014 [J]. Urban Plan Newsreport, 2015, (5): 12.
- [2] NBoSo C. Communiqué of the National Bureau of Statistics of the People's Republic of China on Major Figures of the 2010 Population Census (No. 1) [J]. Chin J Family Planning, 2011, 19: 511-512.
- [3] Morito M. Role of oral health care service in aging society — importance of oral function management [J]. Nihon Ronen Igakkai Zasshi, 2014, 51(1): 27-30.
- [4] Spitzer WJ, Davidson KW. Future trends in health and health care: implications for social work practice in an aging society [J]. Soc Work Health Care, 2013, 52(10): 959-986. DOI: 10.1080/00981389.2013.834028.
- [5] Basakha M, Yavari K, Sadeghi H, et al. Health care cost disease as a threat to Iranian aging society [J]. J Res Health Sci, 2014, 14(2): 152-156.
- [6] 中华医学会肠外肠内营养学分会老年营养支持学组. 老年患者肠外肠内营养支持中国专家共识 [J]. 中华老年医学杂志, 2013, 32(9): 913-929. DOI: 10.3760/cma.j.issn.0254

- 9026.2013.09.001.
Group of Nutrition Support for Elderly Patients, Chinese Society for Parenteral and Enteral Nutrition. Chinese Consensus of Parenteral and Enteral Nutrition for Elderly Patients [J]. Chin J Geriatr, 2013, 32(9): 913 - 929. DOI: 10.3760/cma/j.issn.0254-9026.2013.09.001.
- [7] Baumgart M, Snyder HM, Carrillo MC, *et al.* Summary of the evidence on modifiable risk factors for cognitive decline and dementia: a population-based perspective [J]. Alzheimers Dement, 2015, 11(6): 718 - 726. DOI: 10.1016/j.jalz.2015.05.016.
- [8] Petersson SD, Philippou E. Mediterranean diet, cognitive function, and dementia: a systematic review of the evidence[J]. Adv Nutr, 2016, 7(5): 889 - 904. DOI: 10.3945/an.116.012138.
- [9] 中国老龄科学研究中心课题组, 张恺梯, 孙陆军, 等. 全国城乡失能老年人状况研究[J]. 残疾人研究, 2011, 1(2): 11 - 16.
- The Research Group of China Research Center on Aging, Zhang KD, Sun LJ, *et al.* Research of urban and rural disabled elderly[J]. Disability Res, 2011, 1(2): 11 - 16.
- [10] ACI Home Enteral Clinical Innovation. Nutrition Network Guidelines for Home Enteral Nutrition[M]. Agency For Clinical Innovation, 2012.
- (编辑: 王雪萍)

· 消息 ·

《中华老年多器官疾病杂志》“临床病理讨论”栏目征稿

临床病理讨论(Clinicopathological Conference, CPC)是临床实践中的一个重要环节,是多个学科合作对患者进行个体化诊治的一种形式,尤其对于一些疑难和罕见病例更为重要。综合患者的临床表现、实验室检查、影像学检查和病理检查等各项结果,一方面可以明确疾病的诊断并制定治疗方案,使患者受益,另一方面亦有利于为临床医师提供更好的经验和更开阔的思路,提高医师的诊疗能力。一篇好的临床病理讨论,往往是教科书上找不到的活教材,也是其他文体难以取代的好形式。

“临床病理讨论”一直以来都是本刊的一个特色栏目,深受广大读者喜爱。所刊登的一般多为回顾性的病例讨论与总结,旨在总结经验、吸纳教训和传播知识。在工作实践中,我们根据广大读者和作者的建议,对临床病理讨论文章的格式进行了调整。(1)作者在文题下署名(而非仅在文末注明由何人整理),**作者拥有本文的著作权**。(2)文章正文为中文,正文前有言简意赅的中英文摘要。**论文性质等同于本刊“论著”**。(3)所选病例可以是疑难、罕见病例,也可以是诊断明确、但病情危重或有诸多并发症、治疗上甚为棘手的病例,亦可为其他对临床实践有指导或提示意义的病例。

本刊热忱欢迎广大专家学者为本刊撰写或推荐相关稿件。

具体格式请参考本刊近期发表的“临床病理讨论”文章。

地址: 100853 北京市复兴路28号,《中华老年多器官疾病杂志》编辑部

电话: 010-66936756

网址: www.mode301.cn

E-mail: zhldnqg@mode301.cn