

Norske pasienter i Hemo-Dialyse (HD) spiser svært sjeldent grønnsaker og frukt. Gis det kostinformasjon ved norske dialyseavdelinger som bidrar til unødvendig lavt inntak av hjertevennlig mat?

Innledning

En pilotstudie ved Universitetssykehuset Nord-Norge (UNN) viste at HD-pasienter hadde et lavt inntak av grønnsaker og frukt og en relativt stor andel hadde også treg avføring eller obstipasjon. Frukt og grønnsaker er ikke bare viktig for forebygging av hjerte- og karsykdom, som er den hyppigste dødsårsaken blant denne pasientgruppen, men disse matvarene utgjør også en vesentlig kilde til fiber i kosten. En unødvendig restriksjon av disse matvarene i kostholdet til HD-pasienter er derfor spesielt ugunstig. Det ansees derfor viktig å finne ut om ovennevnte funn er representative for øvrige HD-pasienter som behandles ved andre dialyseavdelinger i Norge.

Metode

Alle pasientene behandlet i HD ved Rikshospitalet, Haukeland Universitetssykehus, Ullevål Universitetssykehus, St. Olavs Hospital og UNN ble invitert til å delta i studien. Av totalt 190 pasienter, ble 106 pasienter inkludert i studien. Pasientene ble intervjuet av en mastergradsstudent i klinisk ernæring hvor de blant annet ble spurt om kostvaner og frekvensbruk av forskjellige matvaner og hva slags opplæring de hadde fått angående kosthold ved HD. De ble også spurt om tarmtømming og eventuell bruk av avføringsmidler. Blodprøveresultater, deriblant K-verdier de tre siste månedene, ble registrert fra pasient-journalen.

Resultater

Av de 106 pasientene som deltok var gjennomsnittsalder 60 år og 34 (37%) var kvinner. 70 pasienter (66 %) hadde fortsatt noe urinproduksjon. 18 pasienter (17%) hadde Diabetes 2 og 62 pasienter (58%) hadde hjerte- og karsykdom. Se inntak av grønnsaker og frukt i tabellen nedenfor:

Inntak	Grønnsaker*	Frukt	Grønnsaker og Frukt
Mindre enn en gang pr uke	38 %	18 %	13 %
<1/dag	35 %	46 %	27 %
1-2 pr dag	24 %	31 %	41 %
2-3 pr dag	3 %	6 %	13 %
>= 3 pr dag	-	-	5 %

* Grønnsaker utenom poteter

Når det gjelder kostinformasjon, svarte 23 pasienter (22%) at de ikke hadde fått kostholdsinformasjon. 63 pasienter (49 %) sa at de hadde fått informasjon av klinisk ernæringsfysiolog (kef), enten individuelt eller i dialyseskole, øvrige hadde fått informasjon fra lege (22%) eller sykepleier (52%). Til sammen 43 pasienter (41%) hadde deltatt på dialyseskole. Inntaket av grønnsaker og frukt var høyere blant de som hadde deltatt på dialyseskole, gjennomsnittlig $10,2 \pm 6,7$ porsjoner pr uke versus $7,6 \pm 6,1$ porsjoner for de øvrige ($p=0,05$). De som hadde K-verdier $\leq 4,8$ (normale verdier) inntok gjennomsnittlig $8,7 \pm 4,9$ porsjoner grønnsaker og frukt pr uke, mens de som hadde K-verdier $> 4,8$ hadde et lavere inntak på $6,1 \pm 5,8$ porsjoner pr uke (ikke signifikant). De pasientene som hadde høyest inntak av grønnsaker, frukt og grove brød (spiste fiberrik mat) hadde tarmtømming oftere enn de som hadde lavere inntak, $12,1 \pm 8,5$ vs. $8,0 \pm 7,0$ ganger pr uke ($p=0,073$). For pasientene med anuri var denne forskjellen signifikant $17,4 \pm 0,05$ vs $7,6 \pm 3,6$ ($p<0,001$).

Konklusjon

Studien viser at HD-pasienter ved norske dialyseavdelinger har et lavt inntak av grønnsaker og frukt, sannsynligvis lavere enn nødvendig for å forebygge hyperkalemi. Det lave inntaket av disse matvarene synes å ha sammenheng med den kostinformasjonen de får, og oppfattes som ugunstig med tanke på at denne pasientgruppen har høy risiko for hjerte- og karsykdom og obstipasjon.

Studien ble finansiert av forskningsmidler fra Helse Nord.