



IBD pasientens ernæringsutfordringer

Sykepleier Beathe Nesvåg
Medisinsk poliklinikk Vestre Viken, Bærum Sykehus

Disposisjon

- ▶ IBD
- ▶ Ekstraintestinale manifestasjoner
- ▶ Symptomscore
- ▶ Fatigue
- ▶ Guidelines - NECCO consensus
- ▶ Monitorering – hva innebærer det?
- ▶ Kosthold
- ▶ Mestring
- ▶ Undervisning



Inflammatorisk tarmsykdom – IBD – kort oppsummert

- ▶ Felles symptomer:
 - ▶ Diare'
 - ▶ Blødninger
 - ▶ Magesmerter og kramper
 - ▶ Hastefølelse
 - ▶ Inkontinens
 - ▶ Feber, vekttap og redusert appetitt

▶ *(Inflammatory bowel disease nursing edited by Kathy Whayman, Julie Duncan and Marian O'Connor, 2011)*

Ulcerøs kolitt – UC

- ▶ Inflammasjon av hele eller deler av tykktarmens slimhinner
- ▶ Mild inflammasjon - rødme, hevelse og utviskede kartegninger.
- ▶ Moderat inflammasjon – i tillegg sår i slimhinnene
- ▶ Alvorlig inflammasjon - store sår i hele affiserte del av tarmens slimhinne.
- ▶ Starter alltid i rectum og kan omfatte hele tykktarmen

▶

Crohn's sykdom – CD

- ▶ Transmural – betennelse som trenger gjennom hele tarmveggen
 - ▶ Kan oppstå fra leppe til anus
 - ▶ Inflammatorisk
 - ▶ Strikturer
 - ▶ Fistler
 - ▶ Abscesser
 - ▶ Flekkvis betennelse
 - ▶ Rectal utsparing
-



Ekstraintestinale manifestasjoner - EIM

- ▶ Leddsmerter
 - ▶ Hud
 - ▶ Uveitt
 - ▶ Leversykdom
 - ▶ Fatigue
 - ▶ Anemi
 - ▶ Mangeltilstander
-



Symptomscoring

▶ HBI – Harvey Bradshaw Index

▶ MAYO score

▶ Vurdering av :

- Allmentilstand
- Antall tøminger i døgnet siste tid/døgn
- Magesmerter
- Blod i avføringen
- Komplikasjoner

Forenklet Mayo-skår ²		Harvey-Bradshaw Index (HBI) ¹	
Forenklet Mayo-skår	Remisjon = 0-1	Normalt antall for pasienten = 0	Harvey-Bradshaw Index (HBI)
	Mild sykdom = 2-4	Avføringshyppighet 1-2 flere enn normalt = 1 3-4 flere enn normalt = 2 > 4 flere enn normalt = 3	Allmentilstand (siste døgnet) Upåvirket = 0 Lett redusert = 1 Dårlig = 2 Veldig dårlig = 3 Elendig = 4
	Moderat sykdom = 5-6	Rektalblødning Ingen = 0 Svake = 1 Moderate = 2 Alvorlige = 3	Magesmerter (siste døgnet) Ingen = 0 Svake = 1 Moderate = 2 Alvorlige = 3
Alvorlig sykdom = 7-9	Legens vurdering Normal = 0 Lett = 1 Moderat = 2 Alvorlig = 3	Antall løse avføringer siste døgnet = _____	Remisjon < 5 Mild sykdom 5-7 Moderat sykdom 8-16 Alvorlig sykdom > 16
			Infiltrat i abdomen Ikke = 0 Mulig = 1 Sikkert = 2 Sikkert og ømt = 3
			Komplikasjoner Ingen = 0 Leddsmerter = 1 Uveitt = 1 Knuterose = 1 Åftese munnsår = 1 Pyoderma gangrenosum = 1 Analfissur = 1 Fistel = 1 Abscess = 1

▶ Harvey RF&Bradshaw JM. A simple index of Crohn's disease activity. *Lancet* 1980;1:514
Lweis JD Chua S Nessel L et al. Use of noninvasive components of the Mayo score to assess clinical response in ulcerative colitis. *Inflamm Bowel Dis* 2008;14:1660-1666

Fatigue

- ▶ En uforklarlig energiløshet
- ▶ Svært invaderende og uhåndterlig
- ▶ Belaster pasienten og dens omgivelser
- ▶ Kan gå ut over familie og jobb i verste fall



▶ Grimstad T, Norheim KB, Isaksen K et al. Fatigue in Newly Diagnosed Inflammatory Bowel Disease
Minderhoud M, Oldenburg B, van Dam PS et al. High prevalence of fatigue in quiescent inflammatory bowel disease is not related to adrenocortical insufficiency.
Am J Gastroenterol 2003;98:1088-1093

Guidelines

- ▶ **ECCO**

European Crohn and Colitis Organisation

- ▶ **ECCO guidelines**

Retningslinjer for diagnostisering, behandling og oppfølging, utarbeidet av gastroenterologer

- ▶ **NECCO consensus – Nurses ECCO**

Retningslinjer som er utarbeidet av sykepleiere, for sykepleiere. Omhandler hva en IBD sykepleiers jobb bør innebære

- ▶ Definert ift. erfaren og uerfaren sykepleier
- ▶ Fokuserer på helhetlig ivaretagelse og oppfølging

▶ www.ecco-ibd.eu

NECCO consensus - ernæring

- ▶ **N-ECCO Statement 2G**

- ▶ Nurses need knowledge of the potential nutritional issues in patients with IBD in order to ensure these are appropriately identified and managed [EL2]. Patients and carers may require ongoing support and education from nurses regarding nutrition, especially in specific situations such as stricturing disease, or following surgery. Referral to a specialist dietician is recommended [EL2]. Dietary interventions may have therapeutic benefit for patients with IBD [EL1].

▶ (Kemp et al., 2018)

DNI

Monitorering - Helhetlig omsorgsperspektiv

- ▶ Kunnskap om sykdom og behandling
- ▶ Psykososial belastning og mestring
- ▶ Symptomscoring
- ▶ **Blodprøveresultater**
- ▶ Fecaltest
- ▶ Gjennomgang av radiologisvar
- ▶ Gjennomgang av koloskopiresultat
- ▶ Evaluering av behandling og bivirkninger
- ▶ **Ernæring – Unngå mangeltilstander**
- ▶ Graviditet og svangerskap
- ▶ Eldre og IBD



Kosthold

- ▶ Evidensbasert medisin
- ▶ Kosthold årsak til IBD?
- ▶ Kostråd – hvem skal gi de?
- ▶ Hva er IBS lignende symptomer og hva er inflammasjonssymptomer
- ▶ Pasientens opplevelser
- ▶ Alkohol
- ▶ KEF



Hva sier litteraturen?

- ▶ **Aktiv sykdom kan før til underernæring**
 - ▶ - nedsatt allmentilstand
 - ▶ - økt tømmeffrekvens
 - ▶ - kvalme og nedsatt appetitt
 - ▶ - bivirkninger av medisiner
- ▶ **Konsekvensen er :**
 - ▶ - vektnefgang
 - ▶ - vitamin og mineral forstyrrelser
 - ▶ - risiko for osteoporose
 - ▶ - veksthemming hos barn og unge
- ▶ **Ingen evidens** for lavkarbo, antioksidanter, fiskeolje eller prebiotika for induksjon/vedlikehold av remisjon
- ▶ Probiotica VSL#3 – ikke validert for klinisk bruk
- ▶ Kostfiber anbefales – bra for microbiota og dannelse av kortkjedete fettsyrer
- ▶ Underernærte pasienter skal ha ernæringsstøtte, per os – bevarer tarmfunksjon, unngå totteatrofi
- ▶ Parenteral ernæring i spesielle tilfeller

▶ Nutrition and dietary management for adults with inflammatory bowel disease, Author: Mark H DeLegge, MD, FACP, AGAF; Literature review current through: Dec 2019. Last updated: Sep 26, 2019

Ernæring – generelt

- ▶ **BMI**
 - ▶ – viktig for utgangspunkt og sammenligning
- ▶ **Jernstatus, B12, folat, vitamin D**
- ▶ **Enteral ernæring/ Elemental diet**
 - ▶ – frie aminosyrer, glucose, kortkjedete fettsyrer, vitaminer/mineraler

▶ Inflammatory bowel disease nursing edited by Kathy Whayman, Julie Duncan and Marian O'Connor, 2011

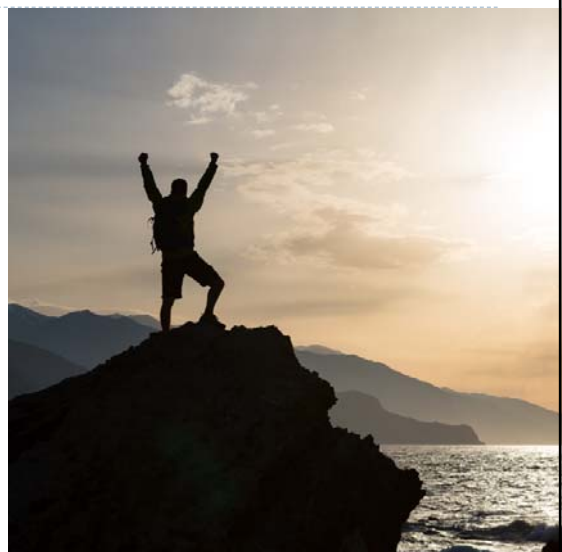
- og spesielt – symptomreduksjon

- ▶ Diet ved strikturerende CD
 - ▶ Matvareintoleranser
 - ▶ Cøliaki og lactose intoleranse
 - ▶ Symptomdempende kosthold / Kosthold ved aktiv sykdom
 - ▶ Pouch og ileostomi
-



Mestring

- ▶ Undervisning – øke pasientens kunnskap om egen sykdom og behandling
 - ▶ God informasjon om videre plan
 - ▶ Gi pasienten mulighet til å ta kontroll over egen sykdom
 - ▶ Emosjonell støtte
 - ▶ Sykepleierens evne til empati og lytte
-



Undervisning

- ▶ Den viktige første konsultasjonen
 - ▶ Nydiagnostiserte pasienter kontra kontroller
 - ▶ IBD skole
 - ▶ LMF – Landsforeningen Mot Fordøyelsessykdommer
 - ▶ Brosjyrer
 - ▶ Elektroniske hjelpemidler
-



Referanser

- ▶ Vestre Viken, Bærum sykehus, e-håndbok prosedyre. Retningslinjer for oppfølging av IBD pasienter
 - ▶ Second N-ECCO Consensus Statements on the European Nursing Roles in Caring for Patients with Crohn's Disease or Ulcerative Colitis -Journal of Crohns and Colitis (www.ecco-ibd.eu)
 - ▶ IBD sykepleie – av sykepleiere, for sykepleiere. Takeda brosjyre
 - ▶ Evidence based consensus ECCO Guidelines – Journal of Crohns and Colitis (www.ecco-ibd.eu)
 - ▶ Inflammatory bowel disease nursing edited by Kathy Whayman, Julie Duncan and Marian O'Connor, 2011
 - ▶ Advanced Nutrition and dietetics in gatsroenterology, Miranda Lomer, 2014
 - ▶ Nutrition and dietary management for adults with inflammatory bowel disease, Author: Mark H DeLegge, MD, FACP, AGAF, UpToDate, Last updated: Sep 26, 2019.
 - ▶ Vitamin and mineral deficiencies in inflammatory bowel disease, Author: Dale Young Lee, MD, MSCE, UpToDate, last updated: Mar 28, 2019.
-

