

Ervaringen met voedingssupplementen ter ondersteuning bij het herstel na kritieke ziekte

Ter inleiding

De 'Collaboration for Medical Supplementation of Micronutrients' (CMSM) is een bijzonder samenwerkingsverband op initiatief van Nederlandse patiënten- en burgergezondheidsorganisaties in samenwerking met internationale experts. Deze zomer zal de gloednieuwe website van CMSM in de lucht komen (voor informatie [zie deze link](#)). Zij zijn van mening zijn dat het nut en de noodzaak van voedingssupplementen tijdens en na kritieke ziekte, op basis van onderzoeksresultaten en de ervaringen van patiënten, meer aandacht en toepassing verdienen. 'Suppletie' betekent letterlijk: aanvulling. En 'micronutriënten' zijn vitamines en mineralen die zowel op de Intensive Care per infuus zijn toe te dienen als daarna in de vorm van tabletten of in vloeibare vorm door (ex-)patiënten zijn in te nemen, ook bij het verder herstel na ontslag uit het ziekenhuis.

Deze groep wetenschappers, artsen en (ex)patiënten is van mening dat de klinische toepassing van de verworven kennis rond micronutriënten een belangrijke bijdrage kan leveren aan het herstel tijdens en na de acute fase van kritieke ziekte en het voorkomen van ernstige restschade op langere termijn.

Het doel van de groep is te pleiten voor suppletie en/of therapeutisch gebruik van deze micronutriënten in zorginstellingen. Daarnaast wil de CMSM ook (het onderzoek naar) de waarde van voedingssupplementen bij het herstel ná de acute fase en ook na het ontslag uit het ziekenhuis meer op de kaart zetten. Ook 'Sepsis en daarna' neemt deel in de CMSM.

Waarom de betrokkenheid van Sepsis en daarna?

Sepsis is een levensgevaarlijk ontspoorde reactie op een infectie die organen en weefsels kan aantasten. NWDI is zo'n infectie die heel snel in een sepsis kan ontaarden. De bloeddruk kan gevaarlijk dalen en organen kunnen gaan falen in hun werking. Mede daardoor is vaak al snel een Intensive Care opname aan de orde. Ook bij ernstig zieke brandwondenpatiënten speelt sepsis vaak een rol omdat het lichaam door de grote wonden enorm vatbaar is voor allerlei infecties en ook voor ontsporing daarvan met orgaanfalen (= sepsis).

In het algemeen wordt bij patiënten die op de Intensive Care opgenomen zijn de laatste jaren steeds meer onderzoek gedaan naar de rol van micronutriënten. Dat geldt, wat betreft bijv. vitamine C vooral ook voor sepsis- en brandwondenpatiënten. Vitamine C blijkt over meerdere waardevolle eigenschappen te beschikken; het is o.a. een anti-oxidant, het ondersteunt het immuunsysteem, het vermindert 'oxidatieve stress', * het vermindert mogelijk orgaan-falen en het stimuleert wondgenezing. Het is dan ook niet verwonderlijk dat de CMSM, juist vanuit het patiënten-perspectief, meer de spotlight wil zetten op dit soort belangrijke micronutriënten. Hoe mooi zou het zijn als we daarmee het herstel van patiënten kunnen bevorderen en verbeteren? Als daardoor bijv. minder infecties optreden, de wondgenezing voorspoediger verloopt, er minder restschade is, het welbevinden toeneemt, problemen met overprikkeling, geheugen/concentratie minder blijken te zijn, etc. En CMSM zoekt daarvoor partners om samen deze 'patiënt-gedreven' insteek kracht bij te zetten met ervaringen uit de eerste hand.

Samenwerking Vereniging Mensen met Brandwonden en Sepsis en daarna

Daartoe hebben Sepsis en daarna en de Vereniging van Mensen met Brandwonden de koppen bij elkaar gestoken. Van onderaf, middels de ervaringen van herstellende patiënten willen we graag bij jullie zelf informatie 'ophalen' of

- je ervaring hebt met voedingssupplementen bij je herstel
- zo ja, welke, kun je daar iets over vertellen?
- zo ja, heeft het in jouw ogen effect gehad?
- zo ja, wat was dit effect? (kan positief, negatief of neutraal zijn)
- Heb je nog andere dingen zelf gedaan om je herstel te ondersteunen (op het gebied van leefstijl, voeding, etc.)
- Zo ja, wat was daarvan het effect?

Dit zouden we graag in een kort online-interview met jou willen bespreken. Namens de Vereniging van Mensen met Brandwonden en Sepsis en daarna zullen resp. Titus Radstake en Idelette Nutma, heel graag in dit online-gesprek horen wat jouw ervaringen zijn.

Die ervaringen kunnen dan vervolgens, uiteraard alleen met jouw uitdrukkelijke toestemming, dienen als basis om een grotere raadpleging onder veel meer (ex)patiënten te doen. Met als doel beter in beeld te krijgen of en hoe micronutriënten/voedingssupplementen van meerwaarde kunnen zijn tijdens de patiëntenreis van kritieke ziekte en daarna.

Vervolgens kunnen we hiermee een stevige basis bieden voor een gezamenlijke inspanning, van wetenschappers en patiëntenorganisaties, om te bekijken of micronutriënten/voedingssupplementen niet een grotere rol moeten krijgen bij onderzoek én toepassing. Om de levenskwaliteit na kritieke ziekte te verbeteren.

**Wat is oxidatieve stress?*

Oxidatieve stress wordt veroorzaakt door een teveel aan vrije radicalen, of vrije radicalen op ongewenste plekken. Wat zijn 'vrije radicalen'? Vrije radicalen zijn, kort door de bocht gezegd, bijproducten in ons lichaam. Sommige vrije radicalen heb je nodig om virussen te lijf te kunnen gaan. Verder is je lichaam een goed werkende motor die de meeste vrije radicalen al neutraliseert zonder dat je er iets voor hoeft te doen. Echter, je lichaam kan niet alles zelf. Zeker bij ernstige ziekte niet. Vrije radicalen zijn moleculen die een elektron missen en daardoor instabiel zijn. Dat betekent dat ze heel snel reageren met andere stoffen en dat kan oxidatieve stress veroorzaken. Dit op zijn beurt kan allerlei lichaamsprocessen verstoren en cellen beschadigen. Anti-oxidanten neutraliseren vrije radicalen.

Geweldig als je hieraan mee zou willen doen!

Veel dank voor je aandacht en tijd,

Vereniging van Mensen met Brandwonden

Titus Radstake

Info@mensenmetbrandwonden.nl

Idelette Nutma

Sepsis en daarna