

## Bölüm 18

# GERİATRİK HASTALARDA KİLO KAYBINA YAKLAŞIM

Veysel SUZAN<sup>1</sup>

### GİRİŞ

Ülkemizde 65 ve daha yukarı yaştaki nüfus Türkiye İstatistik Kurumu (TÜİK) verilerine göre 2018 yılında 7 milyon 186 bin 204 kişi oldu. Yaşlı nüfusun toplam nüfus içindeki oranı ise 2014 yılında %8 iken, 2018 yılında %8.8'e yükseldi. Nüfus projeksiyonlarına göre, yaşlı nüfus oranı 2023 yılında %10.2 olarak öngörüldü. Seksen beş yaş üstü nüfus geriatrik popülasyonun 2014'te %7.7'sini oluştururken 2018 yılında %9.2'sini oluşturmaktadır. Ölüm nedeni istatistiklerine bakıldığında 2017 yılında ölen yaşlıların %45 dolaşım sistemi hastalıkları nedeniyle kaybedildi. Bunu %16 ile malignite, %14 ile solunum sistemi hastalıkları takip etmekteydi. Alzheimer hastalığından ölen yaşlıların oranı 2013'te %3.6 iken bu oran 2017'de %4.6 olmuştur (1).

TÜİK verilerine göre bir birey 65 yaşına ulaştığında yaşaması beklenen ömür ortalama 17,7 yıl oldu (1). Uzayan yaşam süresiyle beraber kilo kaybı, geriatrik sendromlar ve bunların ilişkisi günlük pratikte sık karşımıza çıkmaktadır. Vücut ağırlığı normal fizyolojide 40-60 yaş arasında zirveye ulaşır ve 65-70 yaşlarına kadar stabil seyreder (2). Yetmiş yaşından sonra vücut ağırlığında yavaş bir azalma başlar ve yaşamın geri kalanında devam eder (3). Klinik açıdan anlamlı kilo kaybı 3 ayda  $\geq$  %5 veya 6 ayda  $\geq$  %10 olarak tanımlanmaktadır. İstemsiz kilo kaybı genellikle ciddi bir hastalığı işaret eder ve araştırılmalıdır.

Kilo kaybı mortaliteyle yakından ilişkili olduğundan önemsenmelidir. Kilo kaybı oluştuktan sonra 1-2,5 yıl içinde mortalite %9'dan %38'e kadar artabilir (4). Azalmış vücut kitle indekisinde mortaliteyle ilişkilidir (5). Kilo kaybı olan geriatrik hastada temel ve enstrümental günlük yaşam aktivitelerinde, fiziksel fonksiyonda

<sup>1</sup> Uzman Doktor, İstanbul Üniversitesi-Cerrahpaşa Cerrahpaşa Tıp Fakültesi İç Hastalıkları Anabilim Dalı Geriatri Bilim Dalı, veysel.suzan@hotmail.com

## KAYNAKLAR

1. TÜİK İstatistiklerle Yaşlılar 2018.(25.08.2019 tarihinde <http://www.tuik.gov.tr/> PreHaberBul-tenleri.do; id=30699 adresinden ulaşılmıştır)
2. Wallace JI, Schwartz RS. 1997. Involuntary weight loss in elderly outpatients. *Clin Geriatr Med* 13(4): 717-35.
3. Melanson KJ, Saltzman E, Russell RR, et al. Fat oxidation in response to four graded challenges in younger and older women. *Am J Clin Nutr* 1997;66:860-6.
4. Marton KI, Sox HC, Jr., Krupp JR. Involuntary weight loss: diagnostic and prognostic significance. *Ann Intern Med* 1981;95(5):568-74.
5. Calle EE, Thun MJ, Petrelli JM, et al. Body-mass index and mortality in a prospective cohort of U.S. adults. *New Engl J Med* 1999;341:1097-105.
6. Alibhai SM, Greenwood C, Payette H. An approach to the management of unintentional weight loss in elderly people. *CMAJ* 2005;172(6):773-80.
7. Thompson MP, Morris LK. Unexplained weight loss in the ambulatory elderly. *J Am Geriatr Soc* 1991;39(5):497-500.
8. Huffman GB. Evaluating and treating unintentional weight loss in the elderly. *Am Fam Physician* 2002;65(4):640-50.
9. Morley JE, Silver AJ. Nutritional issues in nursing home care. *Ann Intern Med* 1995;123(11):850-9.
10. MacIntosh C, Morley JE, Chapman IM. The anorexia of aging. *Nutrition* 2000;16(10):983- 95.
11. Morley JE. Anorexia of aging: physiologic and pathologic. *Am J Clin Nutr* 1997;66:760-73.
12. Saka B. Yaşlı Hastalarda malnütrisyon. *Klinik Gelişim* 2012;25:82-9.
13. Chapman IM. Nutritional disorders in the elderly. *Med Clin N Am* 2006;90(5):887-907.
14. Cankurtaran M, Saka B, Sahin S, et al. Turkish nursing homes and care homes nutritional status assessment project (THN-malnutrition). *Eur Geriatr Med* 2013;4(5):329-34.
15. Hickson M. Malnutrition and ageing. *Postgrad Med J* 2006;82(963):2-8.
16. Schiffman SS. Taste and smell losses in normal ageing and disease. *JAMA* 1997;278: 1357-62.
17. Sullivan DH, Johnson LE. *Hazzard's Geriatric Medicine and Gerontology, 6th ed. New York: The McGraw-Hill Companies; 2009. p.439-57.*
18. Sheiham A, Steele JG, Marceles W, et al. The relationship among dental status, nutrient intake, and nutritional status in older people. *J Dent Res* 2001;80(2):408-13.
19. Cassolato SF, Turnbull RS. Xerostomia: clinical aspects and treatment. *Gerodontology* 2003;20(2):64-77.
20. Achem SR, Devault KR. Dysphagia in aging. *J Clin Gastroenterol* 2005;39(5):357-71.
21. Döventaş A, Ak CA. Malnütrisyon. (Bölüm IV: Özellikli Problemler. A. Nütrisyon). *Geriatrici. 1. Baskı. Ankara: TGV; 2008. p.1130-46.*
22. Visvanathan R, Newbury JW, Chapman I. Malnutrition in older people--screening and management strategies. *Aust Fam Physician* 2004;33(10):799-805.
23. Kushner RF, et al. National Coordinating Committee for Nutrition Standards clinical indicators of nutrition care. *J Am Diet Assoc* 1994;94(10):1168-77.
24. Vellas B, Villars H, Abellan G, et al. Overview of MNA - Its History and Challenges. *J Nut Health Aging* 2006; 10: 456-465.
25. Rubenstein LZ, Harker JO, Salva A, Guigoz Y, Vellas B. Screening for Undernutrition in Geriatric Practice: Developing the Short-Form Mini Nutritional Assessment (MNA-SF). *J. Geront* 2001; 56A: M366-377.
26. Vellas B, Guigoz Y, Garry PJ, et al. The mini nutritional assessment (MNA) and its use in grading the nutritional state of elderly patients. *Nutrition* 1999; 15: 116-122.
27. Katz DL, Friedman RS. Clinically relevant protein metabolism. In: *Nutrition in Clinical Practice*. 2nd ed. Philadelphia: *Lippincott Williams & Wilkins*; 2008. p.21-8.
28. Wolfe RR, Miller SL, Miller KB. Optimal protein intake in the elderly. *Clin Nutr* 2008;27(5):675-84.

29. Gaffney-Stomberg E, Insogna KL, Rodriguez NR, Kerstetter JE. Increasing dietary protein requirements in elderly people for optimal muscle and bone health. *J Am Geriatr Soc* 2009;57(6):1073-9.
30. Lindeman RD, Romero LJ, Liang HC, et al. Do elderly persons need to be encouraged to drink more fluids? *J Gerontol A Biol Sci Med Sci* 2000;55:M361-5.
31. Gass M, Dawson-Hughes B. Preventing osteoporosis- related fractures: an overview. *Am J Med* 2006;119
32. Rai J, Gill SS, Kumar BR. The influence of preoperative nutritional status in wound healing after replacement arthroplasty. *Orthopedics* 2002;25(4):417-21.
33. Kreymann KG, Berger MM, Deutz NE, et al. ESPEN Guidelines on Enteral Nutrition: intensive care. *Clin Nutr* 2006;25(2):210-23.
34. Volkert D, Berner YN, Berry E, et al. ESPEN Guidelines on Enteral Nutrition: Geriatrics. *Clinical Nutrition* 2006;25(2):330-60.
35. Sobotka L, Schneider SM, Berner YN, et al. ESPEN guidelines on parenteral nutrition: geriatrics. *Clinical Nutrition* 2009;28(4):461-6.
36. McClave SA, Taylor BE, Martindale RG, et al. Guidelines for the provision and assessment of nutrition support therapy in the adult critically ill patient: Society of Critical Care Medicine (SCCM) and American Society for Parenteral and Enteral Nutrition (A.S.P.E.N.). *JPEN Journal of Parenteral and Enteral Nutrition* 2016;40(2):159-211
37. Tan BH, Fearon KC. Cachexia: Prevalence and impact in medicine. *Curr Opin Clin Nutr Metab Care* 2008; 11:400-7.
38. Morley JE, Thomas DR, Wilson MM. Cachexia: Pathophysiology and clinical relevance. *Am J Clin Nutr.* 2006; 83:735-43.
39. Evans WJ, Morley JE, Argiles J, Bales C, Baracos V, Guttridge D, et al. Cachexia: A new definition. *Clin Nutr* 2008; 27:793-9.
40. Morley JE, Baumgartner RN, Roubenoff R, et al. Sarcopenia. *J Lab Clin Med* 2001;137-231.
41. Fielding RA, Vellas B, Evans WJ, et al. Sarcopenia: An undiagnosed condition in older adults. Current consensus definition: Prevalence, etiology, and consequences. International working group on sarcopenia. *J Am Med Dir Assoc* 2011; 12:249-56.
42. Janssen I, Heymsfield SB, Ross R. Low relative skeletal muscle mass (sarcopenia) in older persons is associated with functional impairment and physical disability. *J Am Geriatr Soc* 2002; 50:889-96.
43. Muscaritoli M, Anker SD, Argiles J, et al. Consensus definition of sarcopenia, cachexia and pre-cachexia: Joint document elaborated by special interest groups (sig) “cachexia-anorexia in chronic wasting diseases” and “nutrition in geriatrics”. *Clin Nutr* 2010; 29:154-9.
44. Cruz-Jentoft AJ, Bahat G, Bauer J, et al. Sarcopenia: revised European consensus on definition and diagnosis age ageing. 2019 Jan 1;48(1):16-31. doi: 10.1093/ageing/afy169.
45. Thomas DR. Sarcopenia. *Clin Geriatr Med* 2010;26:331-46.