



نشانه‌های سوءتغذیه سالمندان

سالمندان به خاطر بیماری‌های مزمن، گذران زندگی با درآمد ثابت، یا برآورده نشدن نیازهای بدن‌های در حال پیرشدن‌شان با ویتامین‌ها و مواد مغذی مناسب، به خصوص مستعد دچار شدن به سوءتغذیه هستند.

سالمندان به خاطر بیماری‌های مزمن، گذران زندگی با درآمد ثابت، یا برآورده نشدن نیازهای بدن‌های در حال پیرشدن‌شان با ویتامین‌ها و مواد مغذی مناسب، به خصوص مستعد دچار شدن به سوءتغذیه هستند.

سالمندان که دچار سوءتغذیه می‌شوند، در معرض این عوارض جانبی بالقوه هستند:

•احساس خستگی.

•از دست دادن وزن بدون اینکه قصد کاهش وزن داشته باشند.

•از دست دادن قدرت عضلانی.

•احساس افسردگی.

•دچار شدن به نقصان حافظه.

•به طور مکرر بیمار شدن.

•دچار شدن به کم خونی.