

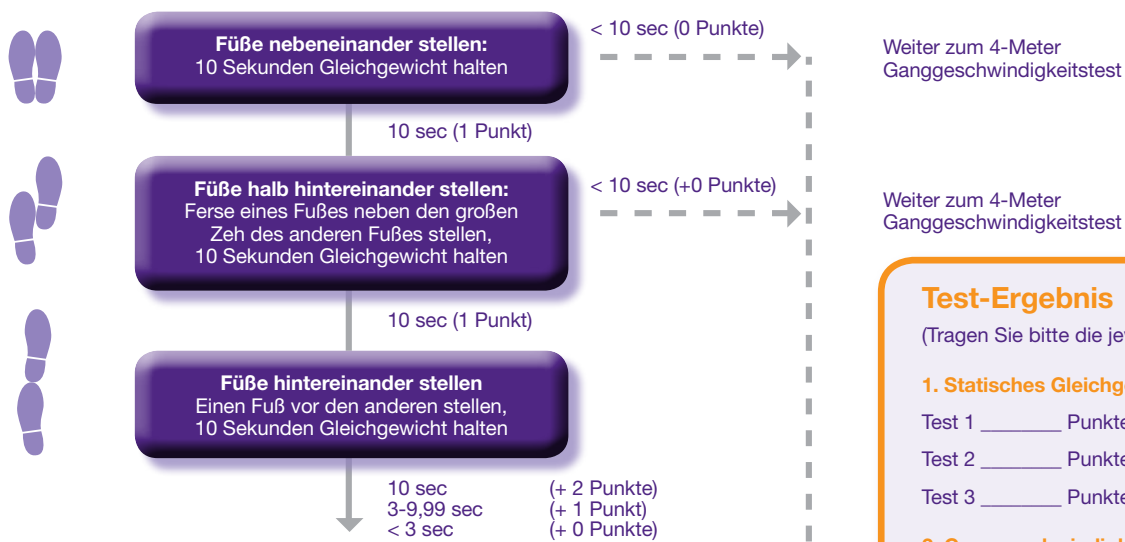
Erkennen Sie Sarkopenie-Patienten

Sarkopenie ist ein progressives geriatrisches Syndrom. Früherkennung und frühe Intervention bieten Sarkopenie-Patienten die beste Chance, ihre Muskelkraft und -funktion zu erhalten.

Der „Performance Score“ (auch „SPPB Short Physical Performance Battery“ bezeichnet) ist ein validierter Test für körperliche Leistungsfähigkeit und besteht aus 3 unterschiedlichen Übungen.

- Für jede Übung können maximal 4 Punkte gegeben werden.
- Ein physisch gesunder Mensch kann somit 12 Punkte erreichen.

1. Statisches Gleichgewicht (Gleichgewicht im Stehen halten, 10 Sekunden pro Übung)



Test-Ergebnis

(Tragen Sie bitte die jeweils erreichte Punktzahl ein)

1. Statisches Gleichgewicht

Test 1 _____ Punkte

Test 2 _____ Punkte

Test 3 _____ Punkte

2. Ganggeschwindigkeit

Schnellster Versuch:

_____ Punkte

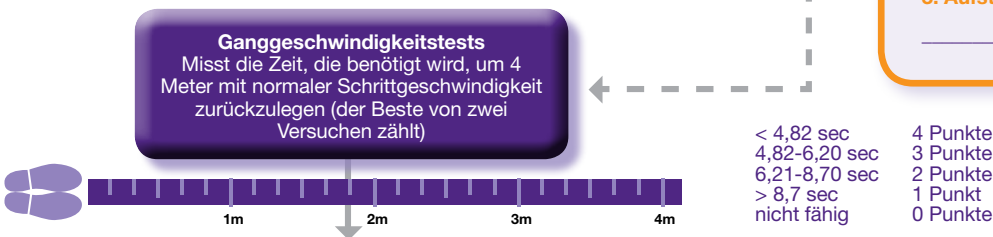
3. Aufstehetest

_____ Punkte

SCORE:

_____ Punkte

2. Ganggeschwindigkeit (Gestoppter 4-m-Gang, es gilt der Schnellste von 2 Versuchen)



3. Stärke der unteren Extremitäten: 5 x ohne Zuhilfenahme der Arme vom Stuhl aufstehen



Auswertung: SPPB score 0-6: Schwache Leistung
SPPB score 7-9: Mittlere Leistung
SPPB score 10-12: Gute Leistung



Ihre Sarkopenie-Patienten können von einer frühen Ernährungsintervention mit FortiFit profitieren

Helfen Sie Ihren Patienten, mobil zu bleiben, empfehlen Sie FortiFit.

FortiFit enthält:

- ✓ Hochqualitative **schnelle Proteine**, um die **rasche Verfügbarkeit** von essentiellen Aminosäuren im Blut zu gewährleisten
- ✓ Eine hohe Konzentration von **Leucin (3 g)** und anderen **essentiellen Aminosäuren (10,5 g)**, um die **Muskelproteinsynthese** zu unterstützen und Muskelkraft und -funktion zu verbessern

FortiFit wird für Sarkopenie-Patienten empfohlen.

Patienten mit Sarkopenie-Risiko:

- haben Schwierigkeiten, normale alltägliche Tätigkeiten zu verrichten
- haben Stürze erlebt
- brauchen Gehhilfen

Empfohlene Verwendung:

Anfangs: um den Wiederaufbau von Muskelkraft, Ganggeschwindigkeit und Muskelfunktion zu unterstützen, **zweimal täglich** vor dem Frühstück und Mittagessen jeweils eine Portion FortiFit (40 g) aufgelöst in 125 ml Wasser über einen Zeitraum von 3 Monaten einnehmen.

Zum Erhalt: regelmäßig einmal täglich einnehmen.

FortiFit ist in Pulverform erhältlich. Mit Wasser gemischt, ergibt es ein gut bekömmliches und gut schmeckendes Getränk in den Geschmacksrichtungen Vanille und Erdbeere.



FortiFit ist ausschließlich in der Apotheke erhältlich.

FortiFit: der erste Schritt zu mehr Mobilität!

Literatur:

Guralnik J, Simonsick et al: J Gerontol 1994; 49:M85–94.
Guralnik J et al: J Gerontol A Biol Sci Med Sci 2000; 55:M221–31.