

Drei Fragen und ein Blick in den Kühlschrank

Autor(en): **[s.n.]**

Objektyp: **Article**

Zeitschrift: **Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz**

Band (Jahr): - **(2019)**

Heft 5

PDF erstellt am: **22.07.2024**

Persistenter Link: <https://doi.org/10.5169/seals-928218>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Inhalten der Zeitschriften. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern.

Die auf der Plattform e-periodica veröffentlichten Dokumente stehen für nicht-kommerzielle Zwecke in Lehre und Forschung sowie für die private Nutzung frei zur Verfügung. Einzelne Dateien oder Ausdrucke aus diesem Angebot können zusammen mit diesen Nutzungsbedingungen und den korrekten Herkunftsbezeichnungen weitergegeben werden.

Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Die systematische Speicherung von Teilen des elektronischen Angebots auf anderen Servern bedarf ebenfalls des schriftlichen Einverständnisses der Rechteinhaber.

Haftungsausschluss

Alle Angaben erfolgen ohne Gewähr für Vollständigkeit oder Richtigkeit. Es wird keine Haftung übernommen für Schäden durch die Verwendung von Informationen aus diesem Online-Angebot oder durch das Fehlen von Informationen. Dies gilt auch für Inhalte Dritter, die über dieses Angebot zugänglich sind.

Drei Fragen und ein Blick in den Kühlschrank

Das frühzeitige Erkennen einer möglichen Verschlechterung des Ernährungszustandes einer Kundin oder eines Kunden hat grossen Einfluss auf die weitere gesundheitliche Entwicklung.

Entsprechend wichtig ist es, die Entstehungsmechanismen von Mangelernährung im Alter etwas genauer zu betrachten.

ENTSTEHUNGSMECHANISMEN VON MANGELERNÄHRUNG IM ALTER³⁻⁵ (IN TEILEN ADAPTIERT)

Ebene	Einflussfaktoren	Auswirkungen
Erwerb von Lebensmitteln	<ul style="list-style-type: none"> • ADL/IADL-Funktionseinschränkungen • Soziale Isolation • Niedriger sozioökonomischer Status • Kognitionsstörungen (Demenzen u.a.) 	<ul style="list-style-type: none"> • Keine Einkaufsmöglichkeit in Gehdistanz erreichbar • Fehlende Unterstützung für schwere Einkäufe • Finanzielle Beschränkung in der Lebensmittelauswahl • Fehlende Möglichkeit, um Einkäufe, Zubereitung und Kochen selber zu erledigen
Nahrungsaufnahme	<ul style="list-style-type: none"> • Reduzierte Mundhygiene • Altersanorexie • Kognitionsstörungen • Schluckstörungen • Reduziertes Durstgefühl • Neurologische Erkrankungen (Parkinsonsyndrome, Multiple Sklerose, etc.) • Medikation • Restriktive Diäten 	<ul style="list-style-type: none"> • Schmerzen bei der Nahrungsaufnahme • Anosmie, reduzierter Appetit, Aspiration • Schluckstörung • Dehydratation • Schluckstörung, motorische Störungen • Anorexie • Mangel an Makro- und Mikronährstoffen
Verdauung	<ul style="list-style-type: none"> • Gastroparese • Chronische Gastritis • Chronische Obstipation • Medikamente/Diarrhöe/Polypharmazie 	<ul style="list-style-type: none"> • Schnelles Sättigungsgefühl, Appetitlosigkeit • Beeinträchtigte Nährstoffaufnahme und -verwertung • Unerwünschte Arzneimittelwirkung (Nausea, Erbrechen, Diarrhöe)

ADL/IADL = Activities of Daily Living; Instrumental Activities of Daily Living.

⁴Volkert, D. et al. Mangelernährung in der Geriatrie. *Aktuel Ernährungsmethoden* 2011;36:175–90. https://eref.thieme.de/ejournals/1438-9916_2011_03#/10.1055-s-0030-1266115 (accessed 01.09.2017).

⁵Agarwal E, et al. Malnutrition in the elderly: a narrative review. *Maturitas*. 2013;76(4):296–302.

DIESE DREI FRAGEN SOLLTEN SIE STELLEN

- Haben Sie unabsichtlich Gewicht verloren?
- Falls Sie Gewicht verloren haben, wie viele Kilogramm?
- Haben Sie wegen reduziertem Appetit wenig gegessen?

DIE DREI KRITISCHEN FRAGEN BEI VERDACHT AUF MANGELERNÄHRUNG.³

Antwort	Score
Haben Sie unabsichtlich Gewicht verloren?	
Nein	0
Unsicher/Ja	2
Falls Sie Gewicht verloren haben, wie viele Kilogramm?	
1–5	1
6–10	2
11–15	4
> 15	4
Unsicher	2
Haben Sie wegen reduziertem Appetit wenig gegessen?	
Nein	0
Ja	1

Bei zwei oder mehr Score-Punkten liegt eine Risikosituation vor was zu einer detaillierten Ernährungsanamnese führen sollte. Bei der Ernährungsanamnese werden vor allem Fragen nach Appetit, Geschmackempfinden und der Fähigkeit zu essen gestellt.

Das Nestlé Nutrition Institute bietet das Mini Nutritional Assessment MNA® an

Dieser von Fachpersonen validierte Fragebogen kann Sie bei Ihrem Screening unterstützen. Das Formular kann allenfalls auch der behandelnden Ärztin resp. dem Arzt für weitere Abklärungen übergeben werden.

Sie können die Kurzversionen in 32 Sprachen hier herunterladen, direkt im PDF die Werte eingeben und das PDF personalisiert speichern oder drucken. www.mna-elderly.com/mna_forms.html

