

PRESSEMITTEILUNG 02/2011 vom 20.01.2011:

Die Sinne wecken Appetit

Bei Dysphagien erfordert die Ernährung höchste Aufmerksamkeit

Bonn – Das Essen schmeckt appetitlich angerichtet und in netter Umgebung genossen, noch mal so gut. Für Patienten mit Schluckstörungen sind Optik und Duft der Speisen noch wichtiger als für Gesunde. Denn für Dysphagie-Patienten ist neben einer adaptierten Kostform die attraktive Speisenpräsentation ein unerlässlicher Beitrag zur Lebensqualität.

Weil es für die Betroffenen wegen Einschränkungen in der Lippen- und Zungenbewegung sowie der Funktion von Rachen- und Kehlkopfmuskeln schwierig ist, zu essen, erhöht sich das Risiko für das Auftreten von Mangelernährung, Untergewicht und Austrocknung. Um dies zu verhindern, bedarf es umfangreicher, aufeinander abgestimmter Maßnahmen. Zu den adaptierenden Verfahren, die den Schluckakt erleichtern und nur eine geringe Lernleistung des Erkrankten erfordern, gehören die Anpassung der Nahrungskonsistenz, die Platzierung der Nahrung auf der Zunge, Ess- und Trinkhilfen sowie eine bedarfsgerechte Begleitung beim Essen in Wohlfühlatmosphäre.

Die Mahlzeiten für schluckgestörte Menschen müssen individuell nach Ausprägung der Dysphagie – eingeteilt nach leichter, mittlerer und schwerer Störung – zubereitet werden. Bewährt hat sich in der Praxis der vierstufige Kostaufbau. Bei schwerer Schluckstörung ist passierte dickflüssige Kost, d. h. ein feiner homogener, klümpchen- und faserfreier Brei angesagt. Diese Kostform ist nicht bedarfsdeckend und sollte durch bilanzierte Zusatz- oder Sondennahrung ergänzt werden. Die zweite Stufe sieht pürierte Kost vor, die im Bedarfsfall noch angereichert werden muss. Weil püriertes Essen wenig appetitanregend ist, bietet es sich an, mit Dickungsmitteln zu arbeiten und die Speisenkomponenten auch zu Becherpasteten zu formen. Das Mixen aller Komponenten sollte vermieden werden, weil undefinierbare Breie die Sinne nicht ansprechen. In der dritten Stufe kann weiche oder teilpürierte Kost angeboten werden, die sich mit der Zunge gut zerdrücken lässt.

Je mehr die Lebensmittel in ihrer ursprünglichen Form erkennbar sind, umso attraktiver lässt sich die Mahlzeit anrichten. Ganz wichtig ist bei konsistenzveränderter Kost, dass die Ursprungslieferanten farblich harmonisch kombiniert werden. Freude am Essen kann zum Beispiel ein buntes Menü aus weißem Huhn mit gelben Currynudeln und grünem Brokkoli fördern.

Wenn der Schlucktrakt nur leicht gestört ist, vertragen die Patienten durchaus adaptierte, nicht pürierte Kost gut. Oft reicht es, nur einzelne Komponenten auszutauschen und faserige, körnige und trockene

Speisen vom Essensplan auszuschließen. Speisen mit unterschiedlicher Konsistenz, wie Suppen mit Einlagen, sollten vermieden werden, weil meist die Koordination von flüssiger und fester Nahrung schwierig ist.

Dysphagie-Patienten müssen sich sehr auf das sichere Schlucken konzentrieren und sollten daher nicht durch Musik oder andere Umgebungsgeräusche abgelenkt werden. Ausreichend Zeit zum Essen, mehrere kleine Portionen und eine entspannte Atmosphäre mit einer – wenn erforderlich – wertschätzenden Betreuungsperson sind das A und O. Speziell geformte Becher und Teller erleichtern zusätzlich die Nahrungsaufnahme.

Diese individuelle, personal- und zeitaufwändige Betreuung erfordert in stationären Einrichtungen ein Umdenken. Ohne eine Schnittstellenorganisation zwischen Küchen-, Hauswirtschafts- und Pflegepersonal ist eine optimale Patientenverpflegung nicht möglich. Wichtig ist hierfür die regelmäßige Befragung der Patienten nach ihren Essenswünschen durch die Pflegekräfte und auch die Einbeziehung des Heimbeirates bei der Speiseplanerstellung.

Wer mehr über das Krankheitsbild von Schluckstörungen, deren Risiken und Folgeerscheinungen nachlesen möchte, kann sich im Internet unter www.diaetverband.de/wissenswertes/dysphagie/ informieren. Der Diätverband vertritt die gemeinsamen Interessen von circa 60 Herstellern diätetischer Lebensmittel.

Bei Fragen wenden Sie sich bitte an:

Bundesverband der Hersteller von Lebensmitteln
für eine besondere Ernährung e. V.
Godesberger Allee 142 -148
53175 Bonn
Tel. 0228-30851-0
www.diaetverband.de

Postina Public Relations GmbH
Alte Bergstraße 27
64342 Seeheim-Jugenheim
Tel. 06257-50799-0
E-Mail: office@postina-pr.de