

Das Kühlschranks- Orakel



**Kann eine Fehlernährung vorliegen?
Der Blick in den Kühlschrank sagt mehr
als 1000 Worte.** Bild: iStock

Im hohen Alter ist ausgewogene Ernährung besonders wichtig – das Spitex Magazin hat darüber berichtet. Hinweise auf eine Fehlernährung geben Abklärungen mit RAI-HC. Gezielt evaluiert wird dann mit einem Ernährungs-Assessment.

Eine freundliche Dame öffnet die Türe, sie bittet am Küchentisch Platz zu nehmen. Ihre Kleidung wirkt schmutzlig. In der Ecke liegt Staub, hinter dem Tisch steht ein Müllsack mit leeren Joghurtbechern, das Brotfach quillt über. Der Kühlschrank ist praktisch leer, abgesehen von ein paar Joghurts und etwas Aufschnitt. Die SpiteX-Pflegefachperson vermutet, dass die Mitarbeiterin der Hauswirtschaft – sie besucht die Frau seit Jahren wöchentlich – mit ihren Beobachtungen richtig liegt: Die Klientin scheint mit Fehlernährung und möglicherweise einer Demenz zu leben. Ein sogenanntes Ernährungs-Assessment soll weitere Aufschlüsse geben.

Der Blick in den Kühlschrank ist Bestandteil dieser umfassenden Abklärung. Er verrät viel über die Ernährung eines Menschen. Ist der Kühlschrank leer, oder platzt das Gerät aus allen Nähten? Wie vielseitig sind die darin gelagerten Lebensmittel? Enthält er verschimmelte Ware? Vie-

le Fragen können nach dieser Sichtkontrolle beantwortet werden – auch im hier angeführten Beispiel. Die Klientin hat fast ausschliesslich Milchprodukte und Fleisch im Kühlschrank. Das deutet auf eine Fehlernährung hin. Zudem

bestätigt die RAI-HC-Abklärung, dass ein Risiko für Fehlernährung besteht.

Vorbeugender Charakter

Eine der schwerwiegendsten Folgen einer Mangelernährung im Alter ist der Muskelabbau durch Eiweissmangel. Das führt zu Gangunsicherheit, Stürzen, unzureichendem Trainingseffekt. Nur zu oft ist es der Beginn einer Abbauspirale. Eine Studie aus Genf zeigt, dass für Menschen, deren Kühlschrank weniger als drei verschiedene Lebensmittel enthält, das Risiko eines Spitaleintrittes klar erhöht ist (Boumendjel et al., 2000). Weiter sind die Ursachen von Magen- und Darmbeschwerden wie Übelkeit, Erbrechen oder Durchfall bei der unbeabsichtigten Konsumation verdorbener Nahrungsmittel zu finden.

**Kühlschrankskontrollen
haben vorbeugenden
Charakter.**

Kühlschrankkontrollen im Rahmen eines Ernährungs-Assessments haben damit vorbeugenden Charakter. Mangelernährung kann rechtzeitig erkannt und korrekt behandelt werden. Fazit: Die Klientinnen und Klienten erfahren in ihrem Alltag mehr Lebensqualität, einem frühzeitigen Heim- oder ungeplanten Spitaleintritt kann konkret entgegengewirkt werden.

Prinzipien richtig umsetzen

Die vielfältigen Ursachen einer Fehlernährung werden gezielt und in Zusammenarbeit mit anderen Fachpersonen im Verlauf einiger Wochen evaluiert. Auf dieser Abklärung basieren die dann folgenden Behandlungsmassnahmen.

Problematischer wird es, wenn die Klientin eine Kühlschrankkontrolle ablehnt. Im Vordergrund stehen in einem solchen Fall eher ethische als rechtliche Fragen. Das Prinzip «Autonomie» muss gegen die Prinzipien «Gutes tun» und «Schaden vermeiden» abgewogen werden.

Im Zentrum steht in jedem Fall die Überlegung, wie die pflegerischen Möglichkeiten der Kommunikation (Validation) und Caring-Prinzipien umgesetzt werden:

- Die Mitarbeiterin mit der vertrauensvollsten Beziehung kontrolliert den Kühlschrank – gemeinsam mit der

Klientin. Diese wird über die Bedeutung der Kontrolle in Kenntnis gesetzt.

- Gemeinsam wird ein Kontrolltag bestimmt. Am Vortag wird die Klientin nochmals an den Termin erinnert.
- Die Pflegeperson hält die Ziele der Kontrolle schriftlich fest.
- Unterstützung bei der Besorgung von Nahrungsmitteln und Essenszubereitung.
- Der Hausarzt wird über die Beobachtungen und Ziele informiert und um Unterstützung gebeten.
- Ergänzend oder als Ersatz werden wöchentlich die Gewebeelastizität und das Körpergewicht der Klientin kontrolliert.

Ist ein Kunde aufgrund seines kognitiven Zustandes (beispielsweise Depression oder Demenz) nicht mehr in der Lage, für eine ausreichende Ernährung zu sorgen, und wird – auch nach einem Gespräch mit Angehörigen und Hausarzt – keine entsprechende Unterstützung akzeptiert, ist als letzter Schritt bei der jeweiligen Kind- und Erwachsenenschutzbehörde (KESB) eine Gefährdungsmeldung einzureichen.

Akademische Fachgruppe Spitex

www.mna-elderly.com/forms/MNA_german.pdf

Wir helfen Ihnen helfen

mit Produkten für die:

- Infusionstherapie
- Chemotherapie
- Infusionspumpen
- Spritzen und Kanülen



Unsere Artikel finden Sie unter:

www.codanshop.ch

CODAN Medical AG; Oberneuhofstrasse 10; 6340 Baar
Tel.: 041 747 00 77 Mail: codan@codan.ch

