

Checkliste zur Intervention bei Mangelernährung

- 1. Aufklärung und Beratung des Betroffenen und/oder der Angehörigen

- 2. Anreicherung der Speisen mit hochkalorischen Produkten in Absprache mit der Küche (Butter, Sahne, Öle, hochkalorische Zusatzkost, ...)

- 3. Zugabe von Maltodextrin, Proteinpulver, ...

- 4. Hochkalorische Zwischenmahlzeiten, Spätmahlzeiten

- 5. Appetit anregen durch z.B. Gemeinsames Kochen und Backen, wenn möglich

- 6. Ausschalten von störenden Faktoren, wie Speisen in der Gruppe oder lieber allein, Musik, Tischdeko

- 7. Angebot an Lieblingsspeisen, damit Steigerung der Freude am Essen

- 8. Ausschalten der Ursachen für Appetitlosigkeit (Schmerzreduktion, Überprüfung der Medikamente, Antiemetikagabe bei Übelkeit und Erbrechen, ...)

- 9. Alternative Ernährungsangebote (Fingerfood, Buffet-Form, Thementage, Eat by walking für demente Betroffene, ...)

- 10. Portionsgrößen anpassen (höhere Motivation bei kleinen Portionen)

- 11. Verzehrtemperatur der Speisen beachten
