

Essen und Trinken ist für Pflegebedürftige häufig ein gravierendes Problem

Neuer Ratgeber der Stiftung Zentrum für Qualität in der Pflege (ZQP) hilft pflegenden Angehörigen mit leicht verständlichen Praxistipps

Berlin, 24. Januar 2017. Essen und Trinken sind menschliche Grundbedürfnisse, die erheblich zu Gesundheit und Lebensqualität beitragen. Doch für viele pflegebedürftige Menschen bedeuten die täglichen Mahlzeiten eine enorme Herausforderung: Kau- oder Schluckbeschwerden, motorische Einschränkungen, Appetitlosigkeit oder Vergesslichkeit können die Nahrungsaufnahme erheblich erschweren und zum Beispiel Mangelernährung zur Folge haben.

Von den rund 1,8 Million Menschen in Deutschland, die zuhause gepflegt werden, bekommen die allermeisten von ihren Angehörigen Unterstützung, wenn sie Hilfe bei der Zubereitung und Einnahme von Mahlzeiten benötigen. Familienmitglieder brauchen dabei ein hohes Maß an Einfühlungsvermögen aber auch spezifisches Pflegewissen, damit sie den besonderen Bedürfnissen und Bedarfen eines Pflegebedürftigen bei der Ernährung gerecht werden können. Vor diesem Hintergrund hat das ZQP einen kostenlosen Ratgeber für pflegende Angehörige mit Informationen und praktischen Hinweisen rund um das Thema Essen und Trinken entwickelt.

„Die richtige Unterstützung pflegebedürftiger Menschen beim Essen und Trinken ist von zentraler Bedeutung – aber oftmals gar nicht so einfach umzusetzen. Durch Alter, bestimmte Erkrankungen oder Pflegebedürftigkeit können sich Wünsche aber auch Anforderungen an die Ernährung grundsätzlich ändern. Pflegebedürftige Menschen benötigen zudem oftmals Hilfe beim Essen und Trinken. Auch Zeit und Geduld sind gefragt. Richtig bei Mahlzeiten zu unterstützen, kann für pflegende Angehörige sehr herausfordernd sein. Um eventuell folgenreiche Fehler zu vermeiden, ist es daher wichtig, praktisch relevante und zugleich gesicherte Informationen zur Verfügung zu haben“, sagt der ZQP-Vorstandsvorsitzende Dr. Ralf Suhr.

Der Ratgeber gibt daher einen Überblick, welche Grundregeln für eine richtige Unterstützung bei Essen und Trinken wichtig sind und bietet konkrete Handlungsanregungen. Darüber hinaus wird aufgezeigt, mit welchen Tricks und Hilfsmitteln pflegebedürftigen Menschen die Nahrungsaufnahme erleichtert werden kann. Ein Besteck mit verstärkten Griffen ist beispielsweise bei verminderter Kraft und Beweglichkeit der Hände eventuell hilfreich. Zudem finden pflegende Angehörige zahlreiche praxisrelevante Hinweise, wie sie mit konkreten Problemen bei der Nahrungsaufnahme umgehen können: Liegt zum Beispiel eine Schluckstörung vor oder leidet die pflegebedürftige Person an Kauproblemen sind mehrere kleine Mahlzeiten am Tag sinnvoll. Ebenso wird beschrieben, wie Angehörige auf Appetitlosigkeit, Verdauungsbeschwerden oder Mangelernährung reagieren können. Der Ratgeber geht auch auf besondere Herausforderungen ein, die Essen und Trinken oftmals für Menschen mit demenziellen Erkrankungen und ihre Angehörigen mit sich bringen.

Mit der Veröffentlichung des Ratgebers „Essen und Trinken bei pflegebedürftigen Menschen“ erweitert das ZQP seine Ratgeber-Reihe, die pflegenden Angehörigen verlässliche alltagstaugliche Tipps und Hinweise an die Hand gibt. Die Inhalte sind geprüft. Sie basieren unter anderem auf dem Expertenstandard zum Thema Ernährungsmanagement des Deutschen Netzwerks für Qualitätsentwicklung in der Pflege (DNQP). Darüber hinaus orientiert sich der Ratgeber an den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE).

Mehr zum neuen ZQP-Ratgeber auf www.zqp.de. Kostenlose Bestellungen der Printausgabe sind per E-Mail an info@zqp.de möglich.

Pressekontakt: Torben Lenz, Tel.030-275 93 95 15, torben.lenz@zqp.de