

Volkskrankheit Mangelernährung?

Unser Angebot an Nahrungsmitteln ist reichhaltig und abwechslungsreich. Alle reden von Übergewicht. Es gibt allerdings ein weithin unterschätztes Problem: 60% aller neu aufgenommenen Bewohner in Altenheimen sind mangelernährt.*

„Du bist, was du isst.“

Die Weisheit von der Bedeutung richtiger Ernährung wird bei alten, geschwächten oder kranken Menschen zum kritischen Faktor: Erfolgt keine ausreichende und der individuellen Situation angepasste Nährstoffversorgung, hat das negative Auswirkungen auf nahezu alle Aspekte von Leistungsfähigkeit, Gesundheit- und nicht zuletzt auf Genesungsprozesse.

Mit dieser Broschüre möchten wir Ihnen einen Leitfaden an die Hand geben, damit Sie erste Anzeichen einer drohenden Mangelernährung erkennen und angemessen darauf reagieren können.



Zertifiziert nach
DIN EN ISO 9001
DIN EN ISO 13485

* Grundsatzstellungnahme Ernährung und Flüssigkeitsversorgung älterer Menschen, MDS Juli 2003

Sie wünschen mehr Informationen zu unseren Dienstleistungen und Produkten?

Wir freuen uns auf Ihren Anruf

0180-242 98 98

(0,06 €/Verbindung aus dem Festnetz, Mobilfunk maximal 0,42 €/Min)

Medizinischer Fachgroßhandel Direktversand für Jedermann.

Hauschild Hygieneprodukte GmbH
Scheeren 9 · 28865 Lilienthal
Telefon 0 42 98 / 93 59 - 0
Telefax 0 42 98 / 93 59 - 41
info@hauschild-home-care.de



Einfach gut versorgt

- + Alltagshilfen
- + Atemwegstherapie
- + Bekleidung
- + Desinfektion
- + Diagnostika
- + Ernährung
- + Inkontinenzhilfen
- + Möbel
- + Reinigung
- + Stoma
- + Sturzprävention
- + Technik
- + Tracheostoma
- + Wundversorgung

Mangelernährung erkennen und vermeiden.

Wichtige Informationen für betroffene Menschen und deren Angehörige.



Einfach gut versorgt



Service Telefon: **0180-242 98 98**

(0,06 €/Verbindung aus dem Festnetz, Mobilfunk maximal 0,42 €/Min)

Was ist Mangelernährung?

Ist der Körper nicht ausreichend mit Energie & Nährstoffen versorgt, spricht man von Mangelernährung.

Ein kurzfristiger Nährstoffmangel kann bei normaler, ausgewogener Ernährung schnell wieder ausgeglichen werden. Ist die Nahrungsaufnahme jedoch über einen längeren Zeitraum nicht bedarfsdeckend, entwickelt sich eine Mangelernährung.

+ Ursachen einer Mangelernährung

Appetitlosigkeit, nachlassendes Durstempfinden

- Verändertes Geschmackempfinden
- Soziale Faktoren wie Trauer oder Einsamkeit
- Mangel an Bewegung

Kau- und Schluckstörungen

- Schmerzende Zähne oder schlecht angepasste Zahnprothesen
- Schwächung der Kaumuskeln
- Nachlassen des Schluckreflexes
- Folgeerscheinungen eines Schlaganfalls

Krankheiten

- Altersbedingte Funktionsbeeinträchtigungen bei Organen und beim Bewegungsapparat

Schmerzen, Depressionen

- Führt zu Appetitlosigkeit oder verringertem Hungergefühl

Ernährungsgewohnheiten

- Einseitiger und nährstoffarmer Speiseplan

Nebenwirkungen von Medikamenten

- Beeinträchtigung des Appetits und des Geschmackempfindens
- Übelkeit und Störungen des Magen-Darm-Traktes

+ Hinweise und mögliche Folgen

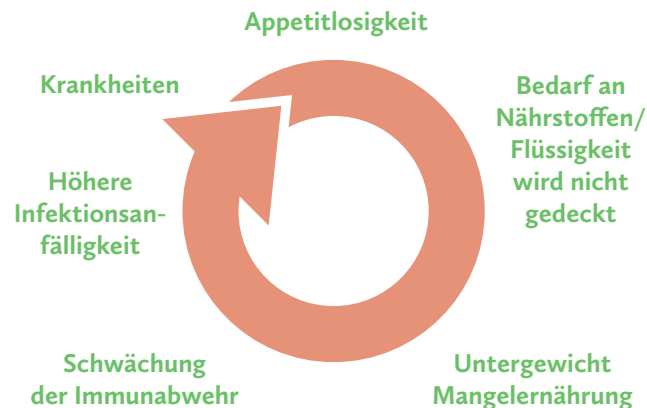
Der Patient fühlt sich **müde** und **antriebslos**. Was früher leicht von der Hand ging, kann plötzlich nur noch unter großer Anstrengung erledigt werden.

Sind die **Abwehrkräfte geschwächt**, wird man leichter anfällig für Krankheiten und benötigt länger, um sich zu erholen.

Ein **Eiweißmangel** führt zu verstärktem Abbau von Muskeln. Dies kann zu einer Einschränkung der Beweglichkeit führen und kann die Wahrscheinlichkeit für Stürze erhöhen.

Wichtige Prozesse im Körper können ohne Mikronährstoffe nicht ablaufen. Ein **Zinkmangel** wirkt sich z.B. **negativ** auf die **Wundheilung** aus.

+ Kreislauf der Mangelernährung



+ Ernährungskreis



Der Ernährungskreis visualisiert auf einen Blick die sieben verschiedenen Lebensmittelgruppen, die Bestandteil einer vollwertigen Ernährung sind.*

+ Neue Kraft fürs Leben

In der Therapie der Mangelernährung stößt die normale Ernährung oft an ihre Grenzen. In diesem Falle empfehlen sich spezielle Nahrungsprodukte, die schnell und unkompliziert die entstandenen Versorgungslücken schließen.

Außerdem stehen Ihnen die Hauschild-Ernährungsspezialisten gerne mit Ihrer Erfahrung und Ihren Kenntnissen telefonisch zur Verfügung.

Wir freuen uns auf Ihren Anruf!
Service-Telefon: 0180-242 98 98

* DGE-Ernährungskreis®,
Copyright: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V., Bonn