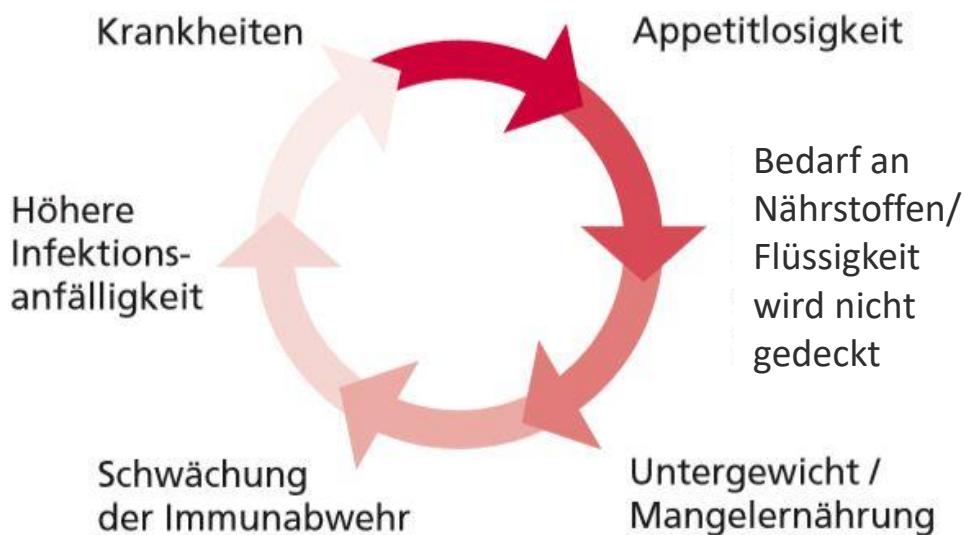


# One Minute Wonder

## Mangelernährung

- wirkt sich negativ auf Krankheits- und Therapieverlauf, sowie Lebensqualität der Patient\*innen aus.
- entsteht häufig schleichend, unbemerkt und wird dann schnell zum "Teufelskreis":

### Teufelskreis Mangelernährung



### Definition

Nach *Global Leadership Initiative on Malnutrition (GLIM)* (2019)

- Zustand, der aus **ungenügender Zufuhr oder Aufnahme von Energie und Nährstoffen** entsteht.
- Ermittlung durch kennzeichnende Kriterien (Gewichtsverlust >10% in den letzten 3-6 Monaten, BMI <18,5 kg/m<sup>2</sup>, verminderte Muskelmasse) und ursächliche Kriterien (geringe Essmenge, Resorptionsstörung, Krankheitsschwere) – jeweils ein Kriterium muss zutreffen.

### Diagnostik

1. Screening: Nutritional Risk Screening (**NRS 2002**) in der Pflegeanamnese
2. Vertieftes Assessment durch Ernährungsberatung

### Therapie

- individuelle Wunschkost anbieten 
- viele kleine Mahlzeiten sowie Zwischenmahlzeiten über den Tag verteilen 
- energiereiche Speisen (z.B. Vollfett-Stufe, Öle, Nüsse, Trockenobst)
- energiereiche Getränke (z.B. Säfte, Milch, Kakao, Shakes) 
- Anreichern von Speisen (z.B. mit Maltodextrin, Proteinpulver, Pflanzenöl)
- Trinknahrung in verschiedenen Geschmacksrichtungen und Konsistenzen
- appetitanregende Maßnahmen (Lüften, Ablenkung, ansprechendes Anrichten)
- Ernährungsprotokoll/ Trinkprotokoll führen, Gewichtsverlauf dokumentieren

## Quellen:

- Blumenberg, P., Krebs, M., Moers, M., Schiemann, D., Stehling, H. & Stomberg, D. (2017). Expertenstandard Ernährungsmanagement zur Sicherung und Förderung der oralen Ernährung in der Pflege
- Cederholm, T., Jensen, G. L., Correia, M. I. T. D., González, M. C., Fukushima, R., Higashiguchi, T., De Baptista, G. A., Barazzoni, R., Blaauw, R., Coats, A. J., Crivelli, A., Evans, D. C., Gramlich, L., Fuchs-Tarlovsky, V., Keller, H., Llido, L. O., Malone, A., Mogensen, K. M., Morley, J. E., . Yu, J. (2019). GLIM Criteria for the Diagnosis of Malnutrition – A consensus report from the Global Clinical Nutrition Community. *Clinical Nutrition*, 38(1), 1–9.
- Institut für Ernährungsmedizin Klinikum rechts der Isar, TU München. (2016, April). Kalorienreiche Ernährung. [https://www.mri.tum.de/sites/default/files/seiten/kalorienreiche\\_ernaehrung\\_april\\_2016.pdf](https://www.mri.tum.de/sites/default/files/seiten/kalorienreiche_ernaehrung_april_2016.pdf).
- Meteling-Eeken, M., Ohlrich-Hahn, S. & Valentini, L. (2019). Internationale Konsensuskriterien für die Diagnose von Mangelernährung und Sarkopenie. *Diättherapie & Wissenschaft*, 2.
- Orgavision (2023): VA-Ernährungsmanagement zur Sicherung und Förderung der oralen Ernährung in der Pflege
- Vivantes Netzwerk für Gesundheit GmbH. (2021, 24. März). Mangelernährung vorbeugen: Wenn das Essen Kummer bereitet. Abgerufen am 19. Dezember 2023, von <https://www.vivantes.de/blog/medizinwissen/mangelernaehrung-vorbeugen-wenn-das-essen-kummer-bereitet>