

B.5 — Handlungskompetenz —

Klientinnen und Klienten bei der Ernährung unterstützen.

Situation

Frau Lydia Meyer ist 73 Jahre alt. Sie ist eine zierliche Frau mit einer Grösse von 1.62 m und einem Gewicht von 48 kg.

Vor drei Tagen stürzte sie zu Hause und wurde mit starken Schmerzen im rechten Arm ins Spital eingewiesen, in dem Sie als Lernende FaGe arbeiten. Im Spital wird eine subkapitale Humerusfraktur rechts diagnostiziert und Frau Meyer wird nun mit einem Gilchrist-Verband zur Ruhigstellung des Armes versorgt.

Frau Meyer leidet seit mehr als 20 Jahren an rheumatoider Arthritis, die sie in ihrer Beweglichkeit stark einschränkt und zudem zu starken Deformitäten der Hände und Finger geführt hat.

Zu Hause wird Frau Meyer von ihrer 75-jährigen Schwester, mit der sie zusammenwohnt, unterstützt. Zusätzlich kommt zwei Mal in der Woche der Spitex-Dienst, um Frau Meyer beim Duschen zu unterstützen.

Frau Meyer ist es sehr wichtig, sich weitgehend selbstständig zu versorgen. Sie ist Rechtshänderin und leidet sehr darunter, dass sie aufgrund des ruhiggestellten Armes ihr Essen nicht wie gewohnt selbstständig einnehmen kann.



Medizinische Diagnosen

Subkapitale Humerusfraktur rechts vor 3 Tagen
Rheumatoide Arthritis seit mehr als 20 Jahren

Medikamentöse Behandlung

Medikament	Morgens	Mittags	Abends	Nachts
Leflunomid Sandoz® Filmtbl. à 20 mg (Antirheumatikum/Analgetikum)	1			
Ibuprofen Sandoz® Filmtbl. à 400 mg (Antirheumatikum / Analgetikum)	1	1		1
Reserve				
Dafalgan® Filmtbl. à 1 g (Analgetikum)	Max. 4 Tbl. / 24 Std.			

Informationen aus der Pflegedokumentation

- Unterstützung bei der Körperpflege
- Unterstützung beim Essen/Trinken
- Physiotherapie 1x täglich
- Ergotherapie 2x wöchentlich

B.5 Aufgaben

- 1 Bevor Sie zu Frau Meyer ins Zimmer gehen, lesen Sie sich in die Pflegedokumentation ein. Sie sehen in der Pflegedokumentation folgenden Eintrag:

Pflegeproblem	Pflegeziel
Frau Meyer kann sich aufgrund ihrer Oberarmfraktur das Essen nicht selbstständig richten.	Frau Meyer behält einen guten Ernährungszustand.

Was verstehen Sie unter einem guten Ernährungszustand? Nennen Sie drei objektive Merkmale.

- 2 In der Pflegedokumentation haben Sie ebenfalls gesehen, dass Frau Meyer die letzten Tage keinen Stuhlgang hatte.
- Welche drei Massnahmen überlegen Sie sich, die bei der Ernährung von Frau Meyer beachtet werden sollten?
 - Von welchen vier Lebensmitteln raten Sie Frau Meyer im Moment ab?
- 3 Im Berufskundeunterricht haben Sie die Fachbegriffe verschiedener Ernährungszustände und Essstörungen kennengelernt. Ergänzen Sie die Tabelle mit der Bedeutung des Fachbegriffs und je zwei Beobachtungskriterien.

Ernährungszustand	Bedeutung	Beobachtungen
Kachexie		• •
Adipositas		• •
Dehydration		• •

Aufgaben

B.5

- 4 Um den Ernährungszustand von Frau Meyer noch besser einschätzen zu können, er rechnen Sie ihren Body-Mass-Index (BMI).
- Zeigen Sie den Rechnungsweg und das Resultat auf.
 - Wie interpretieren Sie diesen Wert?
- 5 Als Sie Frau Meyer das Frühstück ins Zimmer bringen, sagt sie zu Ihnen: «Schon Frühstück? Ich habe doch gar keinen Hunger.»
Welche vier appetitanregenden Interventionen könnten Sie bei Frau Meyer einsetzen?
- 6 Gestern war die Ergotherapeutin bei Frau Meyer und hat verschiedene Hilfsmittel dagelassen.
Begründen Sie den Zweck der nachfolgenden Hilfsmittel.

Hilfsmittel zum Essen und Trinken	Begründung/Zweck
Teller mit erhöhtem Rand	
Aufsteckbarer Tellerrand	
Rutschfeste Tellerunterlage	
Becher mit Haltegriff	
Spezialbesteck mit abgewinkelten Griffen	

B.5 Aufgaben

- 7 Sie machen heute die Essensbestellung für das Abendessen. Als Sie Frau Meyer fragen, wirkt diese etwas ratlos und meint: «Am liebsten habe ich Brot, aber ich kann ja nicht nur Brot bestellen.»

Welche drei Lebensmittel oder Gerichte würden Sie Frau Meyer empfehlen, damit sie zusammen mit Brot ein vollwertiges Nachtessen hat?

- 8 Bei der heutigen Essensbestellung werden Sie vom Schnupperlehrling Elias begleitet. Dieser interessiert sich sehr für die verschiedenen Kostformen.

a) Ergänzen Sie die Tabelle mit drei weiteren Kostformen, erklären Sie diese und erläutern Sie deren Einsatz.

Kostform	Erklärung der Kostform	Einsatz bei
Vegetarische Kost	Kost ohne Fleisch und ohne Fleisch- erzeugnisse	Vegetariern

Aufgaben

B.5

- 9 Nach der Essensbestellung erzählt Ihnen der Schnupperlehrling, dass sich eine Kollegin von ihm nun vegan ernähre. Er möchte von Ihnen wissen, was dies genau bedeutet. Wie beantworten Sie seine Frage?
- 10 Sie haben das Ess- beziehungsweise Trinkverhalten von Frau Meyer während des Tages beobachtet und festgestellt, dass sie sehr wenig trinkt.
- Was ist eine ausreichende Trinkmenge bei Erwachsenen?
 - Welche vier unterstützenden Massnahmen sehen Sie bei Frau Meyer, um die Flüssigkeitszufuhr zu steigern?

B.5 **Lösungswege**

1 *Zum Beispiel*

- Gewicht ist normal, BMI über 18.5
- Haut ist gesund
- Fingernägel und Haare sind gesund
- Unterhaut-Fettgewebe in genügendem Mass vorhanden
- Leistungsfähigkeit

2 *Zum Beispiel*

- a) • Ballaststoffreiche Ernährung
- Viel trinken
- Mehrmals täglich Gemüse und/oder Früchte
- b) • Schokolade
- Bananen
- Weissbrot
- Reis
- Schwarztee

3

Ernährungszustand	Bedeutung	Beobachtungen
Kachexie	Starke Abmagerung	<ul style="list-style-type: none">• Faltige, schlaffe Haut• Kräftezerfall• Wangenhaut fällt ein
Adipositas	Fettleibigkeit, Übergewicht	<ul style="list-style-type: none">• Übergrosse Menge an Fettgewebe• Atembeschwerden• Mühe bei Bewegung
Dehydration	Flüssigkeitsmangel	<ul style="list-style-type: none">• Trockene, schlaffe, faltende Haut• Trockene Schleimhäute• Evtl. Verwirrtheit• Evtl. Bewusstseinstörung

Lösungswege B.5

4 a) $\text{BMI} = \frac{48 \text{ kg}}{1.62 \text{ m} \times 1.62 \text{ m}} = 48 \text{ kg} : 2.62 \text{ m} = 18.32$

b) Frau Meyer hat leichtes Untergewicht.

5 *Zum Beispiel*

- Wunschkost, Vorlieben erfragen und ermöglichen
- Essen schön herrichten, denn das Auge isst mit
- Mehrmals kleinere Mengen, kleine Zwischenmahlzeiten anbieten
- Bewegung fördern (erhöht Hunger und Lust auf Essen)
- Ermöglichen in Gemeinschaft mit andern zu essen

B.5 ————— Lösungswege —————

6 Sinngemäss

Hilfsmittel zum Essen und Trinken	Begründung/Zweck
Teller mit erhöhtem Rand	Frau Meyer kann nur mit der linken Hand essen. Die Speisen können nicht über den Tellerrand geschoben werden. Somit ist die Nahrungsaufnahme mit einer Hand möglich.
Aufsteckbarer Tellerrand	Frau Meyer kann nur mit der linken Hand essen. Die Speisen können nicht über den Tellerrand geschoben werden. Somit ist die Nahrungsaufnahme mit einer Hand möglich.
Rutschfeste Tellerunterlage	Frau Meyer kann den Teller nicht fixieren und verrutscht ihn beim Essen. Die Unterlage verhindert das Verrutschen von Tellern und Schüsseln.
Becher mit Haltegriff	Frau Meyer muss mit der linken Hand essen und hat eine Arthritis mit Deformitäten in den Händen. Sie hat wenig Kraft in den Händen. Der Becher kann durch die grossen Haltegriffe besser und mit weniger Kraft gehalten werden.
Spezialbesteck mit abgewinkelten Griffen	Frau Meyer muss mit der linken Hand essen und hat eine Arthritis mit Deformitäten in den Händen. Sie hat wenig Kraft in den Händen. Das Besteck erleichtert das Halten und Essen bei deformierten Händen.

7 Brot und zum Beispiel

- Gemüsesuppe und Joghurt
- Salat und Quark / Hüttenkäse / Käse
- Salat und Ei
- Käse und Frucht / Fruchtkompott

8 Sinngemäß

Kostform	Erklärung der Kostform	Einsatz bei
Vegetarische Kost	Kost ohne Fleisch und ohne Fleischerzeugnisse	Vegetariern
Weiche Kost	Die Nahrung hat eine verlängerte Garzeit	Kaubeschwerden, Dysphagie
Turmix	Leicht cremige Kost ohne Stücke	Klienten, die nicht mehr kauen, nur schlucken können
Leichte Vollkost bzw. Schonkost	Leicht verdauliche, fettarme, schwach gewürzte Kost	Verdauungsbeschwerden
Reduktionskost	Kost mit reduzierter Kalorienzahl	Übergewicht
Kalorienreiche Kost	Der Kost werden zusätzlich Kalorien und Proteine zugefügt	Mangelernährung
Kost bei Laktoseintoleranz	Kost ohne Milchzucker oder mit reduziertem Milchzuckergehalt	Laktoseintoleranz

9 Sinngemäß

Ernährung ohne Tierprodukte wie Fleisch, Eier, Honig oder Milchprodukte. Dabei werden die fehlenden Nährstoffe durch Hülsenfrüchte, Nüsse, Soja oder ähnliches zugeführt.

10 a) 1.5–2 l pro Tag

b) Zum Beispiel

- Auf Trinkgewohnheiten von Frau M. eingehen, evtl. Lieblingsgetränk organisieren
- Frau Meyer immer wieder auf das Trinken aufmerksam machen, Getränk anbieten
- Getränk auch zu den Mahlzeiten anbieten
- Nahrungsmittel mit hohem Flüssigkeitsgehalt anbieten wie Joghurt, Salat, Gemüse, Wassermelonen, Suppen usw.
- Glas oder Tasse immer in Reichweite stellen
- Als Zwischenmahlzeit Frappé oder Bouillon anbieten
- Auf Gewicht und Handhabung des Gefäßes achten (Frau Meyer muss mit der linken Hand trinken, Deformierung der Finger)
- Trinkmengeprotokoll führen