

# EssErleben – mehr Lebensqualität durch Smooth Food

Ein neues Projekt der Samariterstiftung in Kooperation mit der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg

(ok) Ziel des Projektes ist es, die Lebensqualität durch Esserlebnisse für Menschen mit Kau- und Schluckbeschwerden und für Menschen mit Demenz durch **Smooth Food** (»sanftes Essen«) zu erhöhen. Smooth Food soll als Alternative zur bisher üblichen passierten Kost in Altenpflegeheimen angeboten werden.

## Was ist Smooth Food?

Menschen mit Kau- und Schluckbeschwerden haben bislang in der Regel nur die Möglichkeit, ihre Nahrung als passierte Kost, d.h. als Brei einzunehmen. Dazu wird die »normale« Mahlzeit mit dem Mixer solange püriert, bis sie nicht mehr gekaut werden muss und ohne Schwierigkeiten zu schlucken ist. Meist kommen dabei alle Teile der Mahlzeit, also zum Beispiel Fleisch, Nudeln und Gemüse gemeinsam in den Mixer, was naturgemäß weder optisch noch geschmacklich sonderlich zum Essen motiviert.

Auch bei Smooth Food werden die einzelnen Bestandteile der Mahlzeit, wenn auch getrennt, passiert. Anschließend jedoch werden für die weitere Zubereitung sogenannte natürliche Texturen, zum Beispiel Algen, Sojabohnen oder Pflanzenfasern verwendet. Sie sind geschmacksneutral und ermöglichen es dem Koch, die pürierte Masse in Form zu bringen, etwa durch Gelierung oder Aufschäumung. Die Mahlzeit ist weiterhin gut zu kauen und zu schlucken, wird nun aber in anspre-



Passierte Kost ansprechend angerichtet – mit **Smooth Food**: Rindsroulade mit Karottengemüse und Kartoffelpüree (oben) und Schweinefleisch mit Blaukraut und Curryreis (unten).



chender und appetitlicher Form dem Essenseilnehmer dargereicht. Dieser erlebt wieder ein Stück Lebensqualität und Lebensfreude – es kann mit Messer und

Gabel gegessen werden, das Essen ist optisch ansprechend (nicht umsonst sagt das Sprichwort »Das Auge isst mit«).

## Ablauf des Projektes

Fünf Einrichtungen aus Pfullingen, Tübingen, Ostfildern und Zuffenhausen nehmen an der Pilotphase der Samariterstiftung teil. Ihre Mitarbeiter, aber auch Angehörige und Ehrenamtliche werden entsprechend geschult, um diese Art der Essenszubereitung dann vor Ort in den Einrichtungen umsetzen zu können.

Am 16. Juli 2013 findet ein Fachtag zu diesem Thema für alle Einrichtungen der Samariterstiftung statt, anschließend wird *EssErleben* dann in weiteren Einrichtungen der Stiftung eingeführt.

Wir werden in **alzheimeraktuell** über den weiteren Verlauf des Projektes berichten.