

Fortsetzung

Unser Demenzlexikon:

Wie Ernährung bei Demenz

nationen anzubieten: Leberwurstbrot mit Honig, Sauerkraut mit Rübensirup, Hackfleischsoße mit Marmelade. Nur Mut – Hauptsache, dem Betreuten schmeckt es.

- Wählen Sie bei drohendem oder bestehendem Untergewicht bei Milchprodukten immer die fettreicheren aus.
- Übrigens: Zucker und Fette bilden im Gehirn Serotonin, einen Botenstoff, der positive Gefühle auslöst, also einen zusätzlichen guten Effekt hat.
- Bei Kau- und Schluckbeschwerden gibt es mittlerweile wunderbare Darreichungsformen von schön gestaltetem pürierter bzw. gemixter Kost, die nichts mehr mit dem oft noch üblichen unansehnlichen Einheitsbrei von Großküchen gemein hat. Bitte lesen Sie hierzu auch den nebenstehenden Bericht zu »Smooth Food« von *Herbert Thill*.

Quelle: Ernährung in der häuslichen Pflege Demenzkranker/ Band 5 der Praxisreihe der Deutschen Alzheimer Gesellschaft. Die Broschüre kann für 4,- € zzgl. Versandkosten bei der Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg bestellt werden.

Literaturhinweise

zum Thema Ernährung und Demenz unter

- www.alzheimer-bw.de
 - Infoservice
 - Literatur & Filme → Ernährung

Unser Tipp

Am 11. Dezember 2013 widmet sich der Dipl. Pflegewissenschaftler *Christian Kolb* bei unserer Stuttgarter Vortragsreihe *Mit Demenz leben* ebenfalls dem Thema Ernährung bei Menschen mit Demenz (siehe Seite 5).

EssErleben

Durch **smoothfood**® zu mehr Lebensqualität

Bereits in unserer letzten Ausgabe haben wir Sie über das neue Projekt **EssErleben** der Samariterstiftung Nürtingen informiert.

Ziel des Projektes ist es, Essen und Trinken auch bei Kau- und Schluckbeschwerden leichter und attraktiver zu gestalten und die Lebensqualität durch **smoothfood** (»sanftes Essen«) zu erhöhen. Gerne ist hier auch die Alzheimer Gesellschaft Baden-Württemberg als einer der Kooperationspartner mit dabei!

Diesmal gibt *Herbert Thill*, Küchenmeister und Mitbegründer von **smoothfood**, einen weiteren Einblick in diese Zubereitungsform. Viele Anregungen sind durchaus auch auf den häuslichen Rahmen übertragbar.

Mit dem Konzept »**smoothfood**® fünf Sterne für die Heimküche« wird versucht, neue Maßstäbe in der Verpflegung alter und hilfebedürftiger Menschen zu setzen und zu einem ganzheitlichen und positiven Verständnis der Pflege und Verpflegung zu gelangen. Dabei stehen die Kompetenzen der Klienten sowie das Selbstverständnis des Kochs an erster Stelle und bieten so die Basis für eine gesunde, abwechslungsreiche und raffinierte Ernährung in all ihren Formen.

Neue Wege in der Ernährung von Menschen mit Schluckstörungen

smoothfood® will dem Schattendasein der Kostformen* abhelfen. Deshalb steht »**smoothfood**® fünf Sterne für die Heimküche« für ernährungsphysiologisch hochwertige Lebensmittel mit geschmeidiger Konsistenz. Die Zubereitung von



smoothfood[®] kombiniert klassische Techniken mit der Molekularküche und schafft so die ideale Grundlage für eine bessere Ernährung für Menschen mit Schluckstörungen. Durch das vielfältige Angebot der einzelnen Kostformen ist es möglich, Menschen, die mit einer Magensonde ins Heim kommen, Stück für Stück Lebensqualität durch Nahrungsaufnahme zurück zu geben.

Geschmacksluft und Schaum

Möglich ist dies in einem ersten Schritt durch die sogenannte *Air* (Geschmacksluft). Mit ihr wird basal stimuliert, die Geschmacksluft zerfällt im Mund wie ein Badeschaum, so dass man hier nicht zwangsläufig schlucken muss. Die Geschmacksluft kann dann nach einiger Zeit durch einen festen cremigen Schaum aus der Whipperflasche abgelöst werden. Dieser Schaum weist die Konsistenz von Sahne aus dem Sahnebläser auf. Leicht cremig und langsam fließend, so dass der Bewohner mit massiven Schluckstörungen noch den Schluckreflex auslösen kann. Anschließend kann nach entsprechender Verbesserung die nächste Kostform ausprobiert werden. Diese wäre dann passierte Kost.

Durch das genaue Unterscheiden der einzelnen Kostformen können wir auch das Gefühl von Entmündigung entschärfen. Es wird genau hingeschaut, welche Form der Kost für die jeweilige Mahlzeit nötig ist. So ist es jederzeit möglich, andere Kostformen oder Teilkomponenten anzubieten, quasi ein Kostform-Baukastensystem.

* Unter *Kostformen* versteht man Ernährungsformen, die aus gesundheitlichen oder weltanschaulichen Gründen bestimmte Lebensmittel ausschließen oder in einer besonderen Darreichungsform zu sich genommen werden.

Gesunde Ernährung soll helfen, Gesundheit zu erhalten und Krankheit zu bewältigen

Essen dient nicht nur dem Satt werden, es bedeutet auch ein großes Stück Lebensqualität. Diese gilt es zu fördern, fordern und zu erhalten.

Voraussetzung sind motivierte Mitarbeiter aus Pflege, Küche und der Hauswirtschaft und eine Heimleitung, die dieser Art von Verpflegung positiv gegenüber steht. Einer Verpflegung, die nicht nur optimiert und rationalisiert ist. Die Samariterstiftung Nürtingen hat sich auf den neuen Weg begeben, um in ihren Wohngemeinschaften für mehr Lebensqualität zu sorgen. Hier wird besonderer Wert darauf gelegt, dass die Alltagsbegleiter in das Thema *smoothfood* eingeführt und anschließend begleitet werden.

Start hierfür war der Fachtag *Esserleben* am 16. Juni 2013, um Pflegekräften diese Thematik näher zu bringen, um auf dieser Seite ein besseres Verständnis für eine gute Zusammenarbeit mit den Alltagsbegleitern zu fördern. Wir alle sind die Dienstleister dieser alten Menschen, die es verdient haben, den Lebensabend in Würde verbringen zu dürfen.

Nachahmer gesucht und herzlich willkommen! Wenn Sie Informationen oder Anregungen zur Sonderkost haben wollen, besuchen Sie uns auf www.smoothfood.eu

- *Herbert Thill, Edertal, Küchenmeister und Mitbegründer von smoothfood[®]*
Telefon 0 56 23/22 97
herbert.thill@kostkonform.de