

Diätkonzepte bei Mangelernährung

Sicherheit im Fokus

Um Mangelernährung bei Patienten und Bewohnern vorzubeugen oder zu behandeln, können angereicherte Speisen sowie Trinknahrung Küchenleiter bei der Verpflegung der Tischgäste unterstützen. Hersteller von Ernährungslösungen geben Tipps und erläutern, worauf es hierbei außerdem zu achten gilt.

In der Care-Verpflegung gehören vielfältige Ernährungsanforderungen bei Patienten und Senioren zum Alltag, die von den Küchenteams durch individuelle Lösungen zu berücksichtigen sind. Insbesondere Mangelernährung, die oftmals aus Kau- und Schluckbeschwerden resultiert, ist eine Grundproblematik bei der Verpflegung in Kliniken, Senioren- und Pflegeeinrichtungen. Doch nicht immer braucht es dafür spezielle Gerichte oder Produkte. Mitunter reicht es auch, das Regelangebot mit speziellen, besonders nährstoffreichen Zutaten – vor allem Energie und Eiweiß in konzentrierter Form – anzureichern. Auch die Konsistenz der Speisen und Getränke spielt in diesem Zusammenhang eine wichtige Rolle, wenn Kau- und Schluckbeschwerden die Patienten und Bewohner daran hindern, ausreichend zu essen und zu trinken.

„Die Grundproblematik ist, dass betroffene Personen nur kleine Portionen zu sich nehmen können“, erläutert Regina Munz, Leiterin Business Support Management Care bei Apetito Catering, die Herausforderungen für Dysphagie-Patienten. „Je nach Krankheitsbild muss man auf die passende Eiweißzufuhr, eine ausreichende Flüssigkeitsmenge und den Kalium- und Phosphorgehalt achten“, ergänzt sie. Die Anreicherung müsse außerdem geschmacklich passen, also möglichst neutral schmecken. Munz betont: „Das heißt: Sie darf keine negativen geschmacklichen Auswirkungen haben, wie zum Beispiel einen bitteren Beigeschmack bei zu viel Anreiche-

rung.“ Auch sollten individuelle Verpflegungslösungen der Expertin zufolge dem klassischen Menüangebot für Essensteilnehmer ohne Einschränkungen so gut wie möglich ähneln. Munz erklärt: „Sehr hilfreich ist, wenn Menü-Komponenten vielseitig einsetzbar sind, zum Beispiel für vegetarisches Essen.“ Eine schnelle Verfügbarkeit – beispielsweise Tiefkühlware –, gute Lagerbarkeit – etwa Beispiel H-Milch – und ein hoher Convenience-Grad – zum Beispiel panierte Schnitzel – sind laut der Expertin Faktoren, die den Küchenalltag erleichtern.

Sensorik nicht vernachlässigen

Für Reinhard Jokschas, Geschäftsführer und Vertriebsleiter Jonova, ist die geschmackliche und sensorische Akzeptanz der Speisen elementar, um Mangelernährung je nach Indikation vorzubeugen. Voraussetzung sei ein systematisch geplantes und durchgeführtes Beschreibungs- und Bewertungsverfahren für jeden Bewohner. „Nach der Berechnung der persönli-



Lys da Capo

Die passierten Menüs und Timbale von Lys da Capo sind nicht breiig, sondern können mit Messer und Gabel gegessen werden. Ausgewählte Zutaten und eine schonende Herstellung sorgen für eine gleichbleibend hohe Qualität.

chen Nährstoffmenge und dem Abgleich mit der Verzehrmenge kann mit Pulverprodukten die Differenz einfach ergänzt werden. Zusätzlich bietet Trinknahrung hier weitere Möglichkeiten“, schlägt Jokschas vor. Die Jonova Aufbaunahrung mit Isomaltulose enthalte alle notwendigen Nährstoffe in Re-

lation von 20 Prozent Eiweiß, 30 Prozent Fett und 50 Prozent Kohlenhydraten. „Die Kohlenhydrate bestehen hauptsächlich aus Isomaltulose. Diese wird ähnlich wie Paprika oder Brokkoli sehr langsam verstoffwechselt“, präzisiert der Geschäftsführer. Das Pulver ist geschmacksneutral und kann daher in allen weichen oder flüssigen Speisen wie Breien, Suppen, Saucen, Desserts oder Milchgetränken verarbeitet werden. „Da viele alte und kranke Menschen oft zu wenig essen, ist der Kaloriengehalt pro 100 Gramm Pulver mit 521 Kilokalorien recht hoch. Mit allen Vitaminen und Mineralstoffen ist das Produkt vollbilanziert“, ergänzt der Fachmann.



Apetito

Die zerkleinerten Menüs nach IDDSI Level 5 sind seit diesem Jahr neu im Win-Vitalis-Sortiment von Apetito, zum Beispiel das Hähnchensteak mit Nudeln und Erbsen.

Kein Maltodextrin für Diabetiker

Kritisch sieht Jokschas die Anreicherung von Speisen mit Öl,

Butter und Sahne. „Aufgrund des hohen Fettgehalts kommt es häufig zu Unverträglichkeiten wie Übelkeit, Erbrechen und Durchfall“, weiß der Experte. Da die Magenverweildauer bei Fett recht lang sei, werde die Folgemahlzeit oft nicht oder dabei zu wenig gegessen, was den Effekt der Zwischenmahlzeit oder der Anreicherung wieder relativiere. Als problematisch erachtet der Geschäftsführer auch den Einsatz von Maltodextrin: „Maltodextrin wird sehr schnell verstoffwechselt, es kann zu extremen Blutzuckerschwankungen kommen. Es ist deshalb bei Blutzuckerproblemen nicht empfehlenswert“, gibt er zu bedenken.

Wer an Diabetes leidet, sollte daher kein Maltodextrin oder Produkte mit Maltodextrin zu sich nehmen. Jokschas bekräftigt: „Der Stoff lässt den Blutzuckerspiegel stark ansteigen und kann für Diabetiker deshalb eine Gefahr darstellen.“ Bei dementen Bewohnern könne sich außerdem die Sturzgefahr erhöhen, wenn diese nachts aufgrund der Blutzuckerschwankungen herumlaufen und dabei unterzuckern. Isomaltulose sei hier eine gute Alternative, empfiehlt Jokschas. Der Hersteller unterstützt die Mitarbeiter in Küche und Pflege darüber hinaus mit Rezeptvorschlägen hauptsächlich für die passierte Kost sowie Workshops zum Selbermachen unter fachkundiger Anleitung.

Vielseitig einsetzbar

Zur energiereichen Versorgung von Patienten und Bewohnern mit Kohlenhydraten, Fett und Eiweiß sowie Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen empfiehlt Hersteller Metax das Nährstoffkonzentrat Energea-P. Die vollbilanzierte Trinknahrung in Pulverform kann individuell zur Anreicherung von den Speisen und Ge-

tränken eingesetzt werden, die der Betreffende mag und gut verträgt. Zudem ist sie für die Sondenernährung geeignet. Das Konzentrat könne unter Berechnung des Kohlenhydratanteils zudem für Diabetiker gut eingesetzt werden, da der glykämische Index durch die weiteren Nährstoffe wie Fett, Eiweiß und Ballaststoffe niedrig sei, erläutert Anke Maelzer, Diätassistentin bei Metax. Wie alle Produkte des Herstellers ist es in kalten und warmen Speisen gut löslich und kann sowohl zur Anreicherung von herzhaften als auch süßen Speisen sowie zum Backen verwendet werden.

Um einem Muskelabbau, Wundheilungsstörungen oder Dekubitus vorzubeugen, hat Metax außerdem das Eiweißpulver AdPro104 entwickelt. Dieses ist dem Unternehmen zufolge das einzige Eiweißpulver auf dem deutschen Markt, das die Betroffenen zugleich auch mit Mikronährstoffen versorgt. Für eine ballaststoffreiche Kost empfiehlt Anke Maelzer zudem Fibre Maxx, das ebenfalls zur Anreicherung dient. Es enthalte präbiotisch wirksame, lösliche Ballaststoffe aus Maisdextrin, welche für alle Indikationen, die eine erhöhte Ballaststoffzufuhr benötigen, geeignet sei. Über die Regulierung der Darmflora kann damit laut Metax sowohl Verstopfungen als auch Durchfall entgegengewirkt werden.

Einfaches und sicheres Schlucken

„Bei der Andickung von Speisen für Patienten oder Bewohner mit Schluckstörungen ist es wichtig, dass ein Amylase-resistentes Andickungsmittel wie Visko Maxx clear verwendet wird, das das Schlucken wieder leichter und sicherer macht“, fügt Maelzer hinzu. Sie betont: „Geschieht das nicht, beginnt unser Speichel bereits im Mund die Kohlenhydrate aus dem

püretto

Neu!

bei BestCon Food

Maximale Flexibilität.



Zwei Sortiment, die Ihren Praxisalltag in den Küchen erleichtern.

püretto pur

feinst pürierte Pürees

Obst-, Gemüse-, Fleisch-, Fisch- & Timbalbasispüree

- Natürlich pur
- Einfach flexibel
- Vielseitig sicher

püretto proform

Maximaler Komfort.

fein abgeschmeckt und in Form gebracht

Gemüse-, Fleisch-, Fisch- & Beilagen-Komponenten

- Fix und fertig
- Einfach und stabil
- Sicher feinst püriert



Produziert in Deutschland. Lernen Sie das Sortiment für die feinst pürierte Kost von püretto kennen.

www.pueretto.de

Seit fast 20 Jahren
Ihr Partner für
Dysphagiekost.



BestCon
Best of Convenience food

www.bestcon-food.de

Andickungsmittel aufzuspalten und damit steigt wieder die Gefahr des Verschluckens. Häufig gelangen dann Nahrungsbestandteile in die Luftröhre, was zu Lungenentzündungen oder im schlimmsten Fall zum Erstickten führen kann.“

Hilfestellung bei der Anreicherung und Andickung von Speisen und Getränken leistet die International Dysphagia Diet Standardisation Initiative (IDDSI), die wissenschaftlich belegte, international einheitliche Definitionen zu verschiedenen Koststufen liefert. Hintergrund ist die bisher in Deutschland nicht einheitliche Einteilung der verschiedenen Schluckkoststufen bei Menschen mit Kau- und Schluckbeschwerden. Wie IDDSI diesem Problem Abhilfe verschaffen soll, erläutert ausführlich IDDSI-Mitentwickler und Diätetik-Experte Sönke Stanschus im Gespräch mit VerpflegungsManagement (Seite 24-26).

Am IDDSI-Standard orientiert sich seit diesem Jahr auch der Caterer Apetito Catering mit der Produktlinie Win-Vitalis. Die Menülinie ist bereits seit über zehn Jahren im Sortiment



Gerade auf eiweißreiche Fleischprodukte wird häufig verzichtet, wenn sie nicht mehr gut zu kauen und zu schlucken sind. Die Rind-Timbale von Bestcon soll Abhilfe schaffen.

des Herstellers enthalten und bietet innovative und gleichzeitig genussvolle Menüs für Menschen mit besonderen Ernährungsanforderungen. „Wir sind einer der ersten Anbieter von Komplettmenüs in Deutschland, der Produkte mit IDDSI-Kennzeichnung auf den Markt bringt. Eine wichtige Lösung in einem herausfordernden Ernährungsumfeld, mit der wir unsere Kompetenz in der Care-Verpflegung weiter ausbauen“, hebt Hendrik Rosery, Geschäftsleiter System- und Individualverpflegung bei Apetito, hervor.

Sichere Sortiments-erweiterung

Insgesamt stehen 15 neue Menüs in einer neu konzipierten Schale zur Auswahl, die sowohl im Essen-auf-Rädern-Markt als auch im Klinik- und Seniorenmarkt eingesetzt werden kann. Zum einen die zerkleinerten Menüs nach IDDSI Level 5. Sie unterscheiden sich von den bekannten pürierten Speisen durch ihre Stückigkeit. Zum anderen pürierte Komplettmenüs mit Soße nach IDDSI Level 4. Diese Gerichte überzeugen dem Hersteller zufolge gerade bei der Zubereitung und im Handling. In der Kategorie „Püriertes für den ganzen Tag“ hat Apetito auf Kundenwunsch zudem eine Brotzeitschnitte aus

Vollkornbrot ins Sortiment aufgenommen.

Da die Win-Vitalis-Gerichte genauso zubereitet würden wie alle anderen Gerichte im Portfolio, gebe es für die Küche oder den Mahlzeitendienst keinen Mehraufwand, betont das Unternehmen. Gesa Danemann, Bereich Ernährungswissenschaft und Beratung bei Apetito, erklärt außerdem: „Ab sofort wissen unsere Kunden, welche Menüs sie bei welcher Konsistenzstufe einsetzen können. Damit bieten wir den Verantwortlichen ein hohes Maß an Sicherheit.“ Die tiefgekühlten Menüs sollen den Einrichtungen die gewünschte hohe Flexibilität bieten und zudem ein vielfältiges Menüangebot für den gesamten Tag ermöglichen.

Kosten senken

„Ein individuelles Ernährungskonzept in einem Pflegeheim umzusetzen, ist oft eine Mammutaufgabe“, weiß Ariane Riepenhoff, Projektmanagerin Spezialernährung bei Bestcon Food. Dennoch lohne sich die Mühe, ist sie überzeugt: „Der Medizinprofessor Philipp Schütz hat in einer Studie an Kliniken nachgewiesen, dass ein gutes Ernährungsmanagement deutlich kostengünstiger ist, als die Folgeerkrankungen

der Mangelernährung zu behandeln. Wird ein Ernährungskonzept zur Herzangelegenheit in einem Pflegeheim, profitieren oft alle davon. Vor allem die Küche erfährt eine deutlich höhere Wertschätzung.“ Dafür seien viele Gespräche, Fortbildungen, neue Rezepturen und die Definition eines gemeinsamen Zieles unabdingbar. „Die größte Herausforderung besteht darin, sich mit neuen Rezepturen und Produkten zur Anreicherung im Alltag zu beschäftigen und diese täglich in leckeren Gerichten anzubieten“, sagt Riepenhoff. Sie fügt hinzu: „Oft verändern Energie- und Proteinpulver den Geschmack der Gerichte oder die Konsistenz. Daher gilt, so viel wie nötig und so wenig wie möglich einzusetzen.“

Unter der Marke Püretto bietet der Hersteller seit Oktober zwei verschiedene Sortimente für die Versorgung von Menschen mit Kau- und Schluckstörungen an (VerpflegungsManagement berichtete in Ausgabe 10-2023, Seite 40-43). Alle Produkte sind feinst püriert, „das ist eine enorme Erleichterung für den Küchenleiter, um eine optimale konsistenzdefinierte Kost anzubieten“, hebt Riepenhoff hervor. Sie betont: „Dahinter steht ein durchdachtes Verpflegungskonzept mit dem Fokus auf Genuss und Sicherheit.“ Unter dem Label Püretto pur seien feinst pürierte, natürliche und ungewürzte Pürees für die Weiterverarbeitung individueller Konsistenzen, Kostformen und Geschmacksvorlieben enthalten, die für maximale Flexibilität in den Küchen sorgen sollen. Die Pürees ließen sich zudem gut mit energiereichen Lebensmitteln oder Energie- und Proteinpulver anreichern, verspricht der Hersteller. Als Püretto proform werden High-Convenience-Produkte vertrieben, die auf feinst pürierten Lebensmitteln basieren.



Die Jonova Aufbaunahrung mit Isomaltulose ist geeignet zur kalorischen Anreicherung von passierten und pürierten Speisen, gebundenen Suppen und Soßen sowie Süßspeisen und Milchgetränken.

Freude am Essen zurückbringen

Freude und Appetit beim Essen zurückzubringen und zugleich eine ausgewogene, gesunde Ernährung zu bieten, ist der Anspruch des Herstellers von pürrierter und passierter Kost Lys da Capo. „Das Thema Mangelernährung fängt bei Menschen mit Dysphagie damit an, dass die Freude am Essen beeinflusst wird – sowohl durch die Einschränkungen beim Kauen und Schlucken als auch durch die passierte Kost selbst, die oft als wenig ansprechender Brei dargereicht wird“, führt Diplom-Ökotrophologin Bettina Liebig von Lys da Capo an. Sie ergänzt: „Darum haben wir Produkte entwickelt, die eine samtige Konsistenz haben, die ohne Kauen mit Messer und Gabel verzehrt werden können und nicht auf dem Teller zerlaufen.“ Die Ökotrophologin verweist auf die deutliche Trennung aller Mahlzeiten-Komponenten in den Menüschalen: „Fleisch, Gemüse und Beilage sind nicht vermischt, sondern jeweils Einzelkomponenten, die auch vom Auge so wahrgenommen werden“, führt sie aus. Dabei seien die Komponenten der Form der verarbeiteten Lebensmittel nachempfunden und könnten je nach Vorliebe einzeln oder zusammen auf die Gabel genommen, geschmeckt und gegessen werden.

„Die Herausforderung ist, auf alle Essenswünsche und -erfordernisse individuell optimal einzugehen und gleichzeitig effizient und wirtschaftlich zu arbeiten“, unterstreicht Liebig. In einem großen Haus mit vielen Patienten und Bewohnern erfordere das ein gutes Konzept, weiß sie. „Unsere Produkte sollen die Planung und den Arbeitsalltag in der Küche erleichtern und Menschen mit Dysphagie einen ansprechenden, gesunden und abwechs-

lungsreichen Speiseplan bieten. Das erreichen wir durch eine optimale Mischung aus Convenience und der reichhaltigen Auswahl“, sagt Liebig weiter.

Individuell kombinierbar

Je nach den Bedürfnissen und dem Energiebedarf der Patienten können die passierten Timbale oder die passierten Formkomponenten des Dysphagiekost-Herstellers beliebig und individuell kombiniert und durch hochkalorische Saucen ergänzt werden. „Eine besondere Qualität unserer Produkte ist dabei der hohe Anteil des verarbeiteten Lebensmittels“, fährt Liebig fort. So weise zum Beispiel die Brokkoli-Timbale nicht nur einen hohen Brokkoli-Anteil auf. Zutaten wie Ei, Kartoffelmehl und Gewürze runden außerdem die Konsistenz und den Geschmack ab. „So profitieren Patienten und Bewohner von den natürlichen Nährstoffen der Lebensmittel, besonders bei unserer großen Auswahl passierter Gemüse wie Erbsen, Karotten, Paprika oder auch Rote Bete“, fügt Liebig hinzu. Das große laktosefreie Sortiment ermöglicht zudem laut der Ökotrophologin vielseitige Menüangebote und Abwechslung.



Energea-P von Metax ist eine vollbilanzierte Trinknahrung in Pulverform zur Anreicherung mit Kohlenhydraten, Fett und Eiweiß sowie Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen.

Wertschätzende Gestaltung

Regina Munz von Apetito Catering verweist auf weitere Aspekte, die maßgeblich zu einer ansprechenden Essatmosphäre beitragen: „Eine wertschätzende Mahlzeitengestaltung unter Berücksichtigung von Zeit, Umgebung, Essplatz, Tischgemeinschaft und Service trägt zum Wohlbefinden der Tischgäste bei.“ Zu einer ansprechenden Optik können die Produkte von Isi beitragen: „Schön angerichtete Teller fördern den Appetit“, weiß Thomas Saat, Geschäftsführer Isi Deutschland. Er fügt hinzu: „Deshalb leisten die mit Isi aufgeschäumten Saucen, Suppen und Desserts einen wertvollen Beitrag dazu, die Freude am Essen zu erhalten.“

Das Sortiment umfasst verschiedene Systeme, zum Beispiel die Gourmet Whips in der 0,25-, 0,5- oder 1-Liter-Ausführung, die für kalte und warme Anwendungen geeignet sind. Flaschenkörper und Gerätekopf sind aus Edelstahl gefertigt. Für Warmanwendungen wird das Gerät einfach in ein Warmwasserbad gelegt. Daneben gibt es den Thermo Whip (0,5 Liter), der die gleichen Vorteile aufweist wie der Gourmet Whip, aber mit einer doppelwandigen, vakuumisolierten Edelstahlflasche mit maximaler Thermoleistung ausgestattet ist. Das gilt auch für das Standgerät Thermo X-Press Whip Plus. Die Anwendung der Geräte sei einfach und flexibel, weil diese überall, unabhängig von Strom, eingesetzt werden könnten. Dies wiederum entlaste das Pflegepersonal, wenn den Bewohnern und Patienten zum Beispiel außerhalb der festgesetzten Essenszeiten etwas angeboten werden solle, führt Saat weiter an. Die Zubereitungen sind in den Geräten je nach Rezept mehrere Tage haltbar. ▶

Barbara Schindler

Lys da Capo
Passierte Kost

Passierte Kost

unsere 40 Menüschalen



So einfach,
so lecker!

Lys da Capo
www.passiertekost.de
Tel. 040 / 69 64 807-10