



Flügel nach hinten wegklappen

Flügel nach hinten wegklappen



bedarfsgerecht ernähren  
*Was heißt das?*



Ernährungs-  
kreis/pyramide [www.bzfe.de](http://www.bzfe.de)  
[www.dge.de](http://www.dge.de)

-> Im Internet recherchieren

Parameter für  
Ernährungszustand  
*Welche sind das?*

# Aktivitätskarte (Mangel)Ernährung

Erklären Sie den Begriff „Mangelernährung“

-----  
-----  
qualitative → Mischform ← quantitative  
-----  
-----

Ungenügendes/verändertes Nahrungs- & Flüssigkeitsangebot bzw. Setting      Zu geringe/veränderte Nahrungs- & Flüssigkeitsaufnahme      Erhöhter/veränderter Energie-, Nährstoff- & Flüssigkeitsbedarf

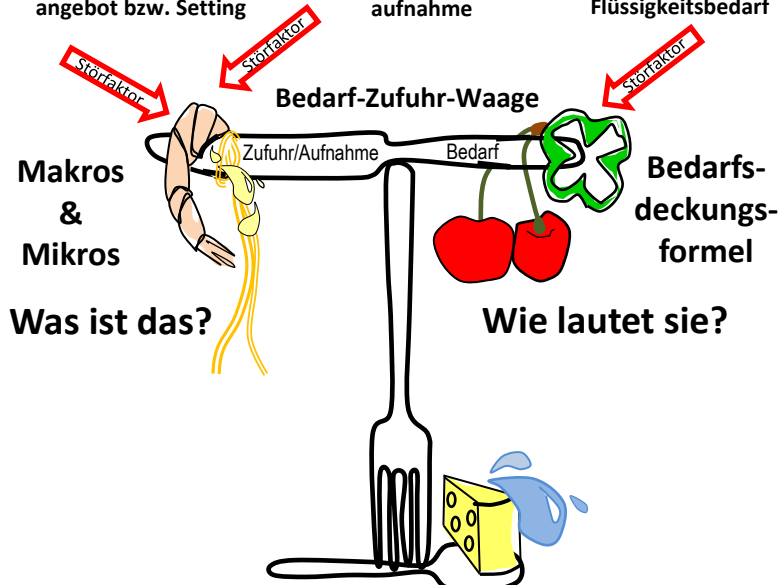


Bild & Idee: Susanne Geppert

bedürfnisgerecht ernähren  
*Was heißt das?*

Störfaktoren Ernährung  
*Welche kennen Sie?*

Assessmentinstrumente  
*Welche nutzen Sie?*

Eigene Frage/Aufgabenstellung



Flügel nach hinten wegklappen

Flügel nach hinten wegklappen

### bedarfsgerecht ernähren

#### Was heißt das?

Ernährung gemäß wissenschaftlicher Kriterien



Ernährungskreis/pyramide [www.bzfe.de](http://www.bzfe.de)  
[www.dge.de](http://www.dge.de)

-> Im Internet recherchieren

### Parameter für Ernährungszustand

#### Welche sind das?

##### Gewichtsverlauf

(prozentual + BMI)

##### Äußeres Erscheinungsbild

(Haut, Haare, Nägel)

##### Aktivitätslevel

(physisch + psychisch-kognitiv)

##### Infektanfälligkeit

(Körper/Darmflora geschwächt)

# Aktivitätskarte Lösungsmuster (Mangel)Ernährung

## Erklären Sie den Begriff „Mangelernährung“

Anhaltendes Defizit an Energie + Nährstoffen, das zu einer negativen Bilanz zwischen Aufnahme + Bedarf führt

qualitative —> Mischform <— quantitative

Nährstoff-Zusammensetzung

Nährstoffmenge

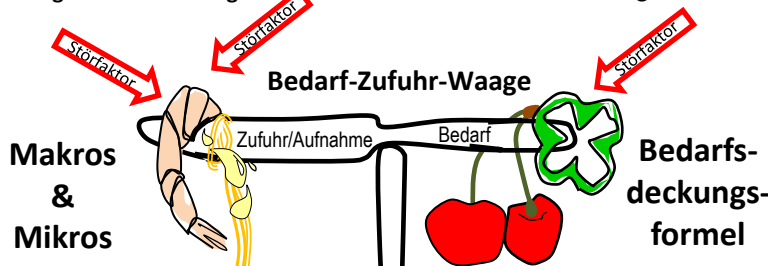
und -Dichte unausgewogen

insgesamt zu wenig

Ungenügendes/verändertes Nahrungs- & Flüssigkeitsangebot bzw. Setting

Zu geringe/veränderte Nahrungs- & Flüssigkeitsaufnahme

Erhöhter/veränderter Energie-, Nährstoff- & Flüssigkeitsbedarf



## Was ist das?

Makronährstoffe  
-> Energielieferanten wie Fette, Eiweiße, Kohlenhydrate

Mikronährstoffe  
-> Regel- und Schutzstoffe wie Vitamine, Spurenelement, Ballaststoffe, Wasser

(Info: Wasser kann auch den Makros zugerechnet werden)

## Wie lautet sie?

Gesamtennergiebedarf in 24 St. setzt sich zusammen aus:  
Grund- und Leistungsumsatz

Formel:  
Grundumsatz x Aktivitätsfaktor x Trauma-/Stressfaktor

Bild & Idee: Susanne Geppert

### bedarfsgerecht ernähren

#### Was heißt das?

Ernährung gemäß Vorlieben, Gewohnheiten, Ritualen und Kultur

### Störfaktoren Ernährung

#### Welche kennen Sie?

##### Krankheits- + therapiebedingte

-> z.B. Schmerzen, Dysphagie, Wunde, Funktionseinschränkung Arme/Hände, Medikamenten-NW (kein Appetit)

##### psychisch-kognitiv-bedingte

-> z.B. Demenz, Angst, Depression, Einsamkeit/Isolation

##### Umgebungs- + Umfeld-bedingte

-> z.B. ungewohnte Essenszeit + Kost, störender Raum, fehlende Hilfsmittel, Rituale/Kultur unberücksichtigt

### Assessmentinstrumente

#### Welche nutzen Sie?

z.B. MNA (Mini-Nutritional Assessment)

z.B. PEMU (Pflegerische Erfassung von Mangelernährung mit Ursachen)



Mein Pflegeguide Elsevier Verlag



Lernschablonen (Azubi) & Lehrschablonen (PA)

# Buchtipp

Aktivitätskarte in Kombination mit den Elsevier Pflegebüchern

Autorin: Susanne Geppert



2. Ausgabe Januar 2022



1. Ausgabe Oktober 2023

Pflegebücher gibt es in jeder Buchhandlung, bei Amazon oder im Elsevier-Shop