

### Definition Mangelernährung

Mangelernährung ist ein anhaltendes Defizit an Energie und/oder Nährstoffen, entstanden durch eine länger andauernde negative Bilanz zwischen Aufnahme und Bedarf.

Eine Mangelernährung hat nachteilige Konsequenzen für den Ernährungs- und Gesundheitszustand sowie die physischen und psychischen Funktionen eines Menschen. Mangelernährung tritt im Sinne einer Fehlernährung auch bei übergewichtigen Menschen auf.

### Ursachen

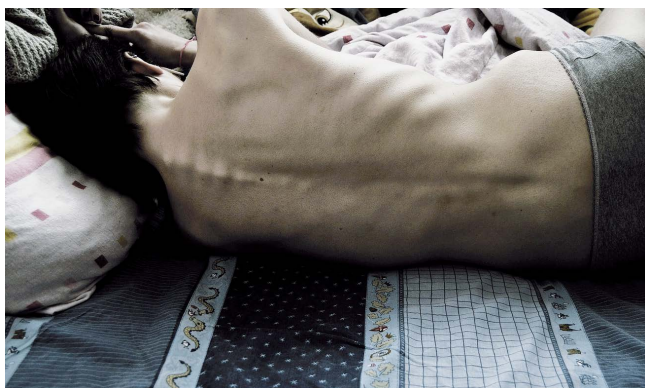
Mangelernährung entsteht, wenn ein Mensch seinen täglichen Bedarf notwendiger Nährstoffe nicht deckt.

Pflegende müssen unterscheiden zwischen Patienten, die nicht mehr essen können und Menschen, die nicht mehr essen wollen.

### Mangelernährung erkennen und einschätzen

Aufgabe der Pflegenden ist nicht nur, eine Mangelernährung zu vermeiden, sondern auch eine bereits bestehende Mangelernährung festzustellen. Dazu genügt es nicht, den Body-Mass-Index (BMI) zu berechnen.

### Mangelernährung.



Langfristiger Nahrungsmangel zeichnet einen Körper. Doch nicht immer sind die Anzeichen so deutlich. *Quelle: I care Pflege. Thieme, 2015.*

### Fallbeispiel Frau Peters

Frau Peters, 90 Jahre alt, liegt in der Klinik wegen eines Herpes Zoster. Sie ist mangelernährt. Mit jeder Mahlzeit erhält sie ein spezielles hochkalorisches und verordnungsfähiges Nahrungsmittel (z.B. Fortimel). Jede Mahlzeit stellt sie beharrlich zurück. Ihr gefällt weder der Geschmack, noch mag sie aus einem Trinkpack oder einer kleinen Flasche trinken. Einmal abgesehen davon findet sie die Konsistenz „ekelig“. Sie bittet jedes Mal um ihren heißgeliebten Haferschleimbrei.



### ARBEITSAUFTRAG

- 1 In welchen Situationen kann eine Mangelernährung auftreten, obwohl der Mensch sich eigentlich gesund ernährt (d.h. in welchen Situationen ist der „normale Bedarf“ erhöht)?
- 2 Welche Gründe fallen Ihnen ein, warum Patienten nicht essen wollen. Schreiben Sie diese auf. Was können Sie als Pflegefachkraft in diesen Fällen tun?
- 3 Schreiben Sie weitere Ursachen für eine Mangelernährung auf.
- 4 Welche Auswirkungen kann eine Mangelernährung haben?
- 5 Welche Besonderheiten bezüglich der Ernährung ist bei älteren Menschen zu berücksichtigen?
- 6 Weshalb ist die Pflege-Anamnese im Bezug auf die Erkennung von Mangelernährung wichtig? Welche Assessmentinstrumente können hinzugezogen werden?
- 7 Nennen Sie Risikofaktoren und entsprechende pflegerische Maßnahmen, um Mangelernährung zu vermindern.
- 8 Was könnten Sie z.B. im Fall von Frau Peters tun?