



Profitipps zur praktischen Pflege eines Menschen, der an Demenz erkrankt ist

Mahl-Zeit – Essverhalten, Essen reichen, Ernährung

Für Menschen, die schwer und lange an einer Demenz erkrankt sind, werden die Mahlzeiten immer mühsamer. Je weiter die Demenz fortschreitet, umso unruhiger werden die Kranken, sie können kaum still sitzen und fertig essen. Der Umgang mit dem Besteck fällt ihnen schwer, Suppen werden leicht verschüttet. Manchmal vergessen sie auch zu essen oder vergessen, dass sie bereits gegessen haben. Heiß und kalt kann nicht mehr unterschieden werden – so droht die Gefahr, sich den Mund zu verbrennen. Manche Kranke horten oder verstecken Speisen, die dann verderben können. Im Spätstadium der Demenz lässt der Geschmacksinn nach, Durst- und Hungergefühl schwinden, Schluckbeschwerden kommen hinzu.

Unsere Informationen und Tipps unterstützen Sie als Angehörige. Sie helfen, einem drohenden Ernährungs- und Flüssigkeitsmangel vorzubeugen, und fördern Ihre Bemühungen, dem demenzkranken Menschen die Freude am Essen und die Selbstständigkeit so lange wie möglich zu erhalten.

Das ist dazu nötig:

Vorbereitung

- Machen Sie die Mahlzeiten zu kleinen Höhepunkten des Tages.
- Beachten Sie Rituale, Gewohnheiten und Vorlieben.
- Halten Sie feste Mahl-Zeiten ein.
- Nutzen Sie die Mahlzeiten dazu, dem Demenzkranken das Gefühl zu geben, selbst tätig zu sein und etwas Nützliches zu tun.
- So weit möglich: Bereiten Sie Mahlzeiten zusammen vor, decken Sie gemeinsam den Tisch, etc.
- Verwenden Sie: abwaschbare Tischdecken, unzerbrechliches, rutschfestes Geschirr

>





2

- Tisch übersichtlich decken: nur mit nötigen Geschirr und Besteck, keine üppige Tischdekoration (verwirrt!)
- Auf Trinkgefäße verzichten, bei denen man den Kopf zu weit nach hinten lehnen muss.
- Auf gut sitzende Zahnprothesen achten.

Essen & Trinken

- Lassen Sie dem Kranken die Zeit zu essen, die er braucht.
- Sorgen Sie für Ruhe sorgen und sprechen Sie wenig, damit der Kranke nicht abgelenkt wird und das Essen einstellt.
- Helfen Sie bei der Auswahl der Speisen und legen Sie das Essen direkt auf den Teller (selbst auszuwählen überfordert den Kranken).
- Wenn der Kranke mit den Fingern essen möchte, unterstützen Sie das durch mundgerechte Häppchen.
- In kleinen Schlucken trinken lassen.
- Gute Manieren und Reinlichkeit: spielen hier keine Rolle mehr! Wenn der Kranke kleckert: auf keinen Fall die Aufmerksamkeit darauf lenken – das kann entmutigen.
- Setzen Sie sich dem Kranken gegenüber, damit er Essensregeln nachahmen kann. Gehen Sie betont langsam vor, zum Beispiel das Glas in die Hand nehmen, freundlich anstoßen (auch mit Milch, Saft, Wasser etc.), trinken.

Achtung!

- Flüssigkeitsmangel kann eine Verwirrung verstärken. Daher unbedingt darauf achten, dass der Kranke ausreichend trinkt.
- Wenn Sie das Gefühl haben, dass der Kranke zu wenig oder isst oder mit wichtigen Nährstoffen wie Eiweiß, Vitaminen etc. unterversorgt ist, sprechen Sie mit Ihrem Hausarzt über spezielle Ergänzungsnahrung.

7/2009



Telefon 07663/4077 • Fax 07663/99727
Hauptstraße 25 • 79268 Bötzingen

Telefon 0761/580218 • Fax 0761/582594
Alte Bundesstraße 48 • 79194 Gundelfingen

sozialstation.boetzingen@gmx.de
www.sozialstation-boetzingen.de