

LÖSUNGSBLATT

ERSTE BEGRIFFE SAMMELN FÜR DEN EINSTIEG

Du merkst, das ist alles gar nicht so einfach. **Wirklich** professionelle Hilfestellung bei der Nahrungsaufnahme erfordert ein hohes Maß an Fachwissen und Empathie. Eine besondere Herausforderung besteht darin, beim Essenreichen dem natürlichen Vorgang des Essens möglichst nahezukommen.

1. ESSEN ANREICHEN UND PLATZWahl

Schau Dir Deine Zeichnung an. Passt alles, so wie Du es eingezeichnet hast?
Hier einige Infos dazu:

Ist eine Person nicht mehr in der Lage, das Essen selbstständig zu sich zu nehmen, übernehmen Pflegekräfte das Anreichen des Essens. Das Anreichen von Speisen und Getränken ist kein technischer Akt, dessen Ablauf vorgegeben ist. Im Gegenteil ist sehr viel Einfühlungsvermögen nötig, um das gewünschte Ess-Tempo des Pflegebedürftigen zu erspüren und darauf zu reagieren. Folgende Prinzipien sollten beim Anreichen von Essen und Trinken berücksichtigt werden:

- Das Einnehmen fester und flüssiger Nahrung beginnt mit der Körperhaltung, die für den gesamten Vorgang ebenso wichtig ist wie ein funktionierender Kau- und Schluckapparat. Dabei ist die günstigste Körperhaltung das aufrechte Sitzen oder Stehen. Durch diese Körperhaltung wird das Aufnehmen der Speisen sowie das Kauen und Schlucken unterstützt.
- Die Pflegekraft sitzt möglichst auf gleicher Höhe mit dem/der Pflegebedürftigen.
- Mit Thermobehältern oder erneutem Anwärmen in der Mikrowelle wird für eine angenehme Essenstemperatur gesorgt.
- Die Pflegekraft signalisiert Ruhe.
- Das Essen erst vor den Augen der Pflegebedürftigen zerkleinern. Bereits zerkleinerte Nahrung sieht unappetitlich aus.
- Wenn Essen püriert werden muss, dann in einzelnen Bestandteilen (Fleisch, Kartoffeln, Gemüse), damit Geschmack und Farben noch wahrgenommen werden können.
- Wichtig ist, dass der/die Pflegebedürftige das Essen auch mag.
- Unterhaltungen werden auf die Zeit vor oder nach dem Essen verschoben.

- Der Teller ist direkt vor der Person platziert, deren Blick geht dorthin. Die Speise wird auf das Besteck und von unten an den Mund geführt. Der Kopf ist dabei leicht gesenkt und hebt sich nach dem Einführen der Speise in den Mund nur wenig an.
- Der Patient sollte nach jeder Nahrungsaufnahme möglichst für 20 Minuten aufrecht sitzen.

2. FACHBEGRIFFE ZUM THEMA „ESSEN ANREICHEN“

Passend: Schnabeltasse, Thermobecher, Sitzposition, Ruhe, anreichen, Keine Unterhaltung, Serviette, Tablett, Wasserglas, verschlucken, zerkleinern

Unpassend: „Fein gemacht!“, Lätzchen, Begleitende Unterhaltung, füttern

Sprache kann sehr viel über Machtverhältnisse aussagen. Nutzt man Begriffe aus der Tier- oder Säuglingspflege wie „Füttern“ oder „Lätzchen“, zeigt dies wenig Respekt gegenüber dem Pflegebedürftigen.

Das Verhältnis zwischen Pflegenden und Pflegebedürftigen ist auch nicht dasselbe wie zwischen Eltern und Kindern. Daher sind Sprüche wie „Noch ein Löffelchen für Anna!“ absolut Tabu!

3. ÜBERLEGUNG: „ESSEN ANREICHEN“ UND 4. ÜBERLEGUNG: VERSCHLUCKEN

Wie würde es Dir gehen? Hierfür gibt es keine wirkliche Lösung. Wichtig bei dieser Aufgabe war, dass Du in der Lage bist, Dich in eine Person hineinzusetzen, die Essen gereicht bekommt.

Du solltest auch wissen, dass man sich beim Essen auch verschlucken kann. Das kann durchaus kritisch sein und besonders beim Essen anreichen ist es wichtig, zu vermeiden, dass die Person sich verschluckt.

Hier noch ein paar Fachinfos zur Vertiefung

Aspiration ist das Eindringen fester oder flüssiger Substanzen in die Luftröhre („sich verschlucken“). In der Folge kann es zur lebensgefährlichen Verlegung der Atemwege kommen. Ein besonderes Risiko haben Menschen mit Schluckstörungen, z.B. nach einem Schlaganfall oder bettlägerige Menschen. Für diese Pflegebedürftigen gilt bei der Nahrungsaufnahme besondere Vorsicht. Folgende Maßnahmen können eine Aspiration verhindern:

>>>

- nach Möglichkeit zur Nahrungsaufnahme eine aufrecht sitzende Position einnehmen
- beim Essen anreichen auf kleine Portionen und ein langsames Esstempo achten
- Menschen mit geistigen Beeinträchtigungen (z.B. bei Demenz) zum sorgfältigen Kauen und Schlucken motivieren
- gründliche Mundpflege nach dem Essen, damit keine Essensreste im Mund bleiben.

Informationen zum Schluckvorgang

In der Mundhöhle zerkleinern die Zähne die Nahrung durch Kauen. Dabei sorgen die Lippen dafür, dass die Nahrung im Mund bleibt. Die Zunge transportiert die Nahrung von einer Zahnreihe zur anderen und schließlich zum Rachen. Die Speicheldrüsen sondern den Speichel ab, der die Nahrung verflüssigt und gleitfähig macht. Im hinteren Teil geht die Mundhöhle in den Rachen über. Der Rachen ist ein muskulöser Schlauch, der mit Schleimhaut ausgekleidet ist. Im oberen Teil des Rachens besteht eine Verbindung zum Nasenraum. Der Rachen dient sowohl als Luftweg beim Atmen als auch als Speiseweg beim Schlucken. Am unteren Ende teilt sich der Rachen in Speiseröhre und Luftröhre. Während des Kauens und Schluckens verschließt der Kehlkopf die Luftröhre, damit kein Speisebrei in die Atemwege eindringt. Der Schluckvorgang verläuft in Phasen. Es ist ein Zusammenspiel aller Teile des Mundes und des Rachens.

5. PRAXISÜBUNG - „ESSEN ANREICHEN“

Bei der Praxisübung hast Du auch gemerkt, wie sich das anfühlt. Essen ist für uns so selbstverständlich, dass wir meist gar keinen Gedanken daran verschwenden, was genau abläuft. Dazu sollte diese Praxisübung dienen. Sie gibt Dir die Möglichkeit die notwendige Empathie, die für die Tätigkeit benötigt wird, nachzuvollziehen.