

**Wir arbeiten mit dem nationalen Expertenstandard, der folgende Schwerpunkte umfasst:**

- Systematische Erfassung von Risiken und Anzeichen
- Beratung von Patienten und Angehörigen
- Information des Hausarztes
- Gewährleistung der Durchführung gezielter Maßnahmen
- Überprüfung des Erfolgs und der Akzeptanz der getroffenen Maßnahmen

**Eine wirkungsvolle Prophylaxe kann nur dann erzielt werden,**

- wenn die Angehörigen und alle an der Versorgung beteiligten Personen zusammenarbeiten
- die erforderlichen Maßnahmen regelmäßig umgesetzt werden

## Weitere Informationsmöglichkeiten:

Bei Ihrer Krankenkasse können Sie sich über weitere Schulungs- und Beratungsmöglichkeiten informieren.

Internetadresse

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. [www.dge.de](http://www.dge.de)



**AWO Pflege- und  
Betreuungsdienste Lippe gGmbH**

Elisabethstraße 45-47  
32756 Detmold  
Internet: [www.awo-lippe.de](http://www.awo-lippe.de)  
E-Mail: [pflagedienst@awo-lippe.de](mailto:pflagedienst@awo-lippe.de)



**AWO Pflege- und  
Betreuungsdienste Lippe gGmbH**

*Informationen für Betroffene  
und Angehörige*

## - Mangelernährung

### **Team Detmold:**

Tel.: 0 52 31 - 30 20 00 0  
Fax: 0 52 31 - 30 20 00 18

### **Team Oerlinghausen:**

Tel.: 0 52 02 - 15 89 10  
Fax: 0 52 02 - 15 89 11

### **Team Extertal:**

Tel.: 0 52 62 - 994 99 89  
Fax: 0 52 62 - 994 99 92

### **Team Bad Salzuflen:**

Tel.: 0 52 22 - 121 63  
Fax: 0 52 22 - 601 31

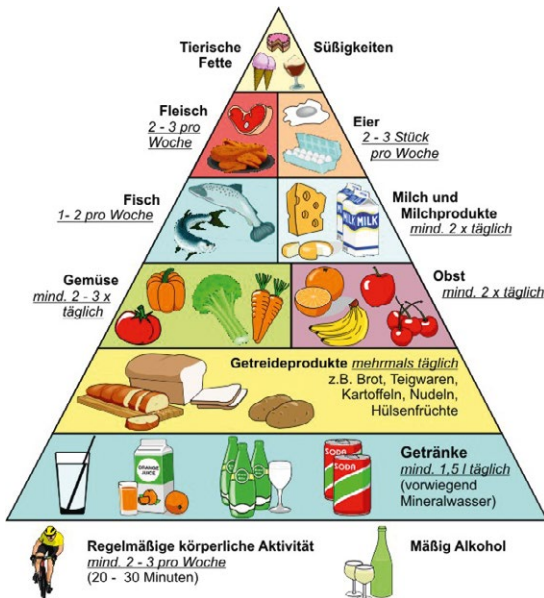
### **Team Lage:**

Tel.: 0 52 32 - 9 756 756  
Fax: 0 52 32 - 9 756 757

## Was versteht man unter Mangelernährung?

Eine Mangelernährung ist eine Form der Fehlernährung. Sie entsteht durch zu geringe Zufuhr von Nahrung oder Nahrungsbestandteilen bzw. durch die Unfähigkeit des Körpers, diese aufzunehmen oder zu verarbeiten. Eine Mangelernährung kann ernsthafte Folgeerkrankungen nach sich ziehen.

## Wie sollte eine ausgewogene Ernährung aussehen?



Quelle: de.wikipedia.org  
erstellt nach Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V.

## Ursachen und Risikofaktoren von Mangelernährung:

- Unzureichende Kalorienzufuhr
- Unzureichende Vitaminzufuhr
- Demenzerkrankung
- Nebenwirkungen von Medikamenten
- Tumorerkrankungen / Chemotherapie
- Bulimie / Anorexia
- Einsamkeit / Isolation
- Veränderung der Geruchs- und Geschmackswahrnehmung
- Schluckstörungen, schlechter Mund und/oder Zahnstatus
- Alkohol- / Drogensucht

## Das können Sie tun:

- Verteilen Sie mehrere, kleinere Mahlzeiten über den Tag
- Reichern Sie die Speisen mit Energie und Eiweiß an
- Planen Sie über den Tag verteilt bewusst regelmäßige Hauptmahlzeiten sowie Zwischenmahlzeiten ein.
- Beachten Sie die Empfehlungen zur ausgewogenen und gesunden Ernährung.
- Kontrollieren und notieren Sie Ihr Körpergewicht regelmäßig
- Informieren Sie Ihren Hausarzt bei ungewolltem o. unerwartetem Gewichtsverlust.

## Das leisten wir für Sie:

Wir erfassen bei Ihnen Risiken und Anzeichen einer Mangelernährung (Screening).

Wir bieten in Absprache mit Ärzten und Therapeuten eine individuell angepasste Ernährung bzw. vermitteln Ernährungsberatung.

Wir beraten hinsichtlich Risiken und Folgen von Mangelernährung.

Wir vermitteln Einkaufshilfen und Essen auf Rädern.