

Einleitung

Dieses Buch dient als Ideengeber für eine genussvollere und wertschätzendere Versorgung schluckgestörter Menschen mit Speisen und Getränken. Sämtliche Rezepte in diesem Buch (im praktischen Teil) sind mit den Teilnehmern/-innen meiner Fortbildungen oder von mir hergestellt worden.

Das anschließende Anbieten auf den Stations-/Wohnbereichen machte es möglich, vor Ort am Patienten/Bewohner die Alltagstauglichkeit hinsichtlich folgender Kriterien zu prüfen:

- Verändert sich das Trink- und Essverhalten positiv hinsichtlich der aufgenommenen Mengen?
- Wird der Schluckvorgang erleichtert und unterstützt?
- Ist ein sicheres Schlucken möglich?
- Kann das Aspirationsrisiko verringert werden?
- Wie kann der Speiseplan von schluckgestörten Menschen abwechslungsreicher gestaltet werden?
- Wie kann die Selbständigkeit beim Essen und Trinken so lange wie möglich bewahrt werden?

- Trägt ein verändertes und angepasstes Speisen- und Getränkeangebot zu mehr Lebensqualität bei?
- Welche Alternativen gibt es zum Einsatz von Andickungsmitteln?
- Ist ein leichtes Integrieren in den hauswirtschaftlichen Bereich möglich?

Der bewusst kurz gehaltene theoretische Teil soll einen kleinen Überblick zum Thema Schluckstörungen und die daraus resultierenden Konsequenzen für den Alltag geben. Im praktischen Teil finden Sie eine Rezeptsammlung, die in die fünf Kapitel – Shakes, Zwischenmahlzeiten, Kuchen, Fingerfood und Arbeiten mit Kräutern – aufgeteilt ist. Die Integration dieser Möglichkeiten in den pflegerisch/therapeutischen Alltag schafft eine bessere Versorgung schluckgestörter Menschen. Hierfür ist die Mitarbeit und Umsetzung aller Beteiligten im Team notwendig.

Ich wünsche Ihnen viel Spaß beim Lesen des Buches und Erfolg beim Zubereiten der Speisen und Getränke.

Kerstin Schlee

Bedeutung der Nahrungsaufnahme

Essen und Trinken ist mehr als nur die Befriedigung körperlicher Grundbedürfnisse.



Der Volksmund sagt
„Essen und Trinken hält Leib und Seele zusammen.“

Mehrmals täglich erinnern uns die Medien daran, orale Bedürfnisse zu befriedigen. Für gesunde Menschen ist es unvorstellbar, nicht mehr essen und trinken zu können. Es ist selbstverständlich, Tag für Tag Speisen und Getränke zu genießen. Die Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme erfüllt unterschiedlichste Aufgaben: neben der lebens- und funktionserhaltenden Aufgabe strukturiert Essen und Trinken unseren Tag, wir tun uns etwas Gutes, verwöhnen uns mit Lieb-

lingsspeisen und genießen darüber die Anregung unserer Sinne (sehen, riechen, schmecken, fühlen). Es gibt kaum ein Zusammentreffen von Menschen, an denen nicht zumindest ein Getränk angeboten, ein kleiner Snack gereicht oder ein Menü genossen wird.

In unterschiedlichen Kulturen halten sich die Menschen beim Essen an Regeln und Gepflogenheiten ihrer Region, um von dem gesellschaftlichen Umfeld angenommen zu werden.