

**in FORM**  
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung



## Ernährung am Lebensende – Worum geht es und welche Grundsätze beachtet werden sollten



Gefördert durch:

 Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

 SH  
Schleswig-Holstein  
Ministerium für Soziales,  
Gesundheit, Jugend, Familie  
und Senioren


in Kooperation mit:

 in Kooperation mit:

in Kooperation mit:

in Kooperation mit:


**in FORM**  
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung



## Warum essen und trinken wir?

- Der Mensch isst, um seinen Durst und Hunger zu stillen; kurzum zur Lebenserhaltung.
- Doch es gibt viele weitere Aspekte, warum der Mensch Nahrung zu sich nimmt. Dazu zählen Traditionen, Rituale und besondere, teils familiäre Anlässe. Aber auch aus Gründen des Genusses, des Lebensstils und dem „Spaß“ am Essen.
- Besonders hin zum Lebensende können sich aber Gründe auftun, auf Grund derer der Mensch die Nahrung oder die Flüssigkeitsaufnahme verweigert.


Gefördert durch:

 Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

in Kooperation mit:

in Kooperation mit:


**in FORM**  
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung



## Gründe für die gestörte Nahrungs- und Flüssigkeitsaufnahme

- Neben einer Mundtrockenheit und Schluckstörungen können die Gründe vielseitig sein.
- Erkrankungen wie eine Demenz, Obstipationen oder simple Übelkeit (oft auf Grund von Therapiemaßnahmen oder Medikamenten) erschweren die Nahrungsaufnahme oder führen zur generellen Ablehnung


Gefördert durch:

 Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

in Kooperation mit:

in Kooperation mit:

**in FORM**  
Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung




## Worauf sollte besonders geachtet werden?

Ergebnisse einer offenen Austauschrunde

- Grundsätzlich steht der Patient mit seinen Wünschen und Bedürfnissen im Fokus. Bedeutet allerdings auch, dass eine Ablehnung von Essen akzeptiert werden muss, so es denn der Wunsch der jeweiligen Patienten ist.
- Besonders hier wird deutlich, dass An- und Zugehörige einer besonderen Aufklärung bedürfen, denn häufig entsteht durch mangelnde Information ein Vorwurf, wie „du musst doch was essen!“.
- „Die Patienten müssen gar nichts!“


Gefördert durch:

 Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

in Kooperation mit:

in Kooperation mit:

**in FORM**  
Deutsche Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung




## Worauf sollte besonders geachtet werden?

- Oberstes Ziel sollte immer eine Erhaltung der Lebensqualität sein. Die Patienten sollen so gut es geht selbstbestimmt handeln und ihre Entscheidungen respektiert werden.
- Was vielen Menschen oft nicht klar ist, dass in der finalen Phase des Lebens Hunger und Durst abnehmen oder oft ganz fehlen. Dies ist ein natürlicher Prozess.

Gesundheitlich  
Bundministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft  
in Kooperation mit  
Bundesministerium  
für Gesundheit

**in FORM**  
Deutsche Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung




## Was ist in Bezug auf die Ernährung wichtig?

- Es empfiehlt sich, eine Wunschkost zuzubereiten und auch bei der Festlegung des Esszeitpunktes und der Menge so gut es geht auf die Bedürfnisse des Patienten einzugehen.
- Der Genuss und die Freude am Essen sollen bewusst gefördert und unangenehme Gefühle wie Ekel, Schmerzen und Übelkeit so gut es geht vermieden werden.

Gesundheitlich  
Bundministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft  
in Kooperation mit  
Bundesministerium  
für Gesundheit

**in FORM**  
Deutsche Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung




## Besonderheiten bei enteraler & parenteraler Ernährung

- Bei diesen beiden Ernährungsformen offenbart sich eine Gefährdung für die Autonomie der Patienten, was zu einer gesteigerten Abhängigkeit von den Pflegekräften führt. Nicht selten leitet dies auch zu Konflikten mit Angehörigen, wenn das Verständnis fehlt.
- Durch ein Übergehen von Sinnen können Körpersignale wie Hunger und Durst bleiben, obwohl es dem Patienten faktisch an nichts fehlt → Genuss und Freude am Essen werden nicht mehr angesprochen.

Gesundheitlich  
Bundministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft  
in Kooperation mit  
Bundesministerium  
für Gesundheit

**in FORM**  
Deutsche Initiative für gesunde Ernährung  
und mehr Bewegung



## Impressum



**Ein IN FORM Projekt folgender Herausgeberin:**  
Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) e. V.  
Vernetzungsstelle Seniorenernährung Schleswig-Holstein, [www.dge-sh.de](http://www.dge-sh.de)

**Redaktion:**  
Sophie Pekrun

Stand: Mai 2022

**Über IN FORM:**  
IN FORM ist Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung. Sie wurde 2008 vom Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL) und vom Bundesministerium für Gesundheit (BMG) initiiert und ist seitdem bundesweit mit Projektpartnern in allen Lebensbereichen aktiv. Ziel ist, das Ernährungs- und Bewegungsverhalten der Menschen dauerhaft zu verbessern. Weitere Informationen unter [www.in-form.de](http://www.in-form.de).

Gesundheitlich  
Bundministerium  
für Ernährung  
und Landwirtschaft  
in Kooperation mit  
Bundesministerium  
für Gesundheit

Schleswig-Holstein  
Ministerium für Gesundheit  
Gesundheits- und Verbraucherschutz  
und Prävention

8