



Fakten

- Prävalenz
- Ursachen
- Folgen



Beurteilung

- Gewichtskontrolle
- Body-Maß-Index
- Assessment
- Essprotokoll



Ernährungsmanagement

- Ernährungsdefizite beheben
- Ernährungsintervention



Ziel & Ergebnis

- Aufrechterhaltung der körperlichen und geistigen Funktionen
- Verbesserung der Lebensqualität
- Erhalt der Autonomie



Definition

Mangelernährung –

Diagnosekriterien laut DGEM*:

ungewollter auffälliger Gewichtsverlust > 5 % in 3 Monaten oder > 10 % in 6 Monaten
ODER BMI < 20 kg / m²

Prävalenz:

- Das Risiko für eine Mangelernährung steigt im Alter drastisch an.¹
- Die Prävalenz von Mangelernährung in Pflegeheimen in Österreich beträgt 20,3 %. Zusätzlich weisen weitere 23,2 % der Bewohnerinnen und Bewohner ein Risiko für Mangelernährung auf.²

Ursachen:



ALTERSBEDINGTE VERÄNDERUNGEN

(z.B. vermindertes Geschmacksempfinden, Appetitlosigkeit, Sarkopenie, Frailty)



KRANKHEITSBEDINGTE VERÄNDERUNGEN

(z.B. Dysphagie, Demenz, Krebserkrankung)



EINSAMKEIT

Folgen:

- Körperliche Schwäche – Sturzgefahr
- Bettlägerigkeit, Verschlechterung des Allgemeinzustandes
- Eingeschränkte Lebensqualität – Immobilität
- Wundheilungsstörung, Infektanfälligkeit
- Hohe Kosten, Krankenhaus-Aufenthalt (€)
- Pflegebedürftigkeit = Verlust der Unabhängigkeit
→ hoher Pflegeaufwand
- Isolation/Rückzug
- Erhöhte Morbidität & Mortalität



Beurteilung:

- Gewichtskontrolle: 1x monatlich unter standardisierten Bedingungen
- BMI Messung
- MNA
- Wadenumfang-Messung: Ersatzparameter für BMI im Rahmen des MNA

Assessment (Mangelernährung-Risikotest):

- Mit Hilfe von MNA – Mini Nutritional Assessment
- Validierter Assessment Bogen mit 6 Fragen
- Sollte alle 3 Monate durchgeführt werden, bei akuten Erkrankungen monatlich
- Formular **Online** (www.nestlehealthscience.at/mna bzw. www.nestlehealthscience.de/mna) oder **Offline** (gedruckt in Block-Form)

Essprotokoll:



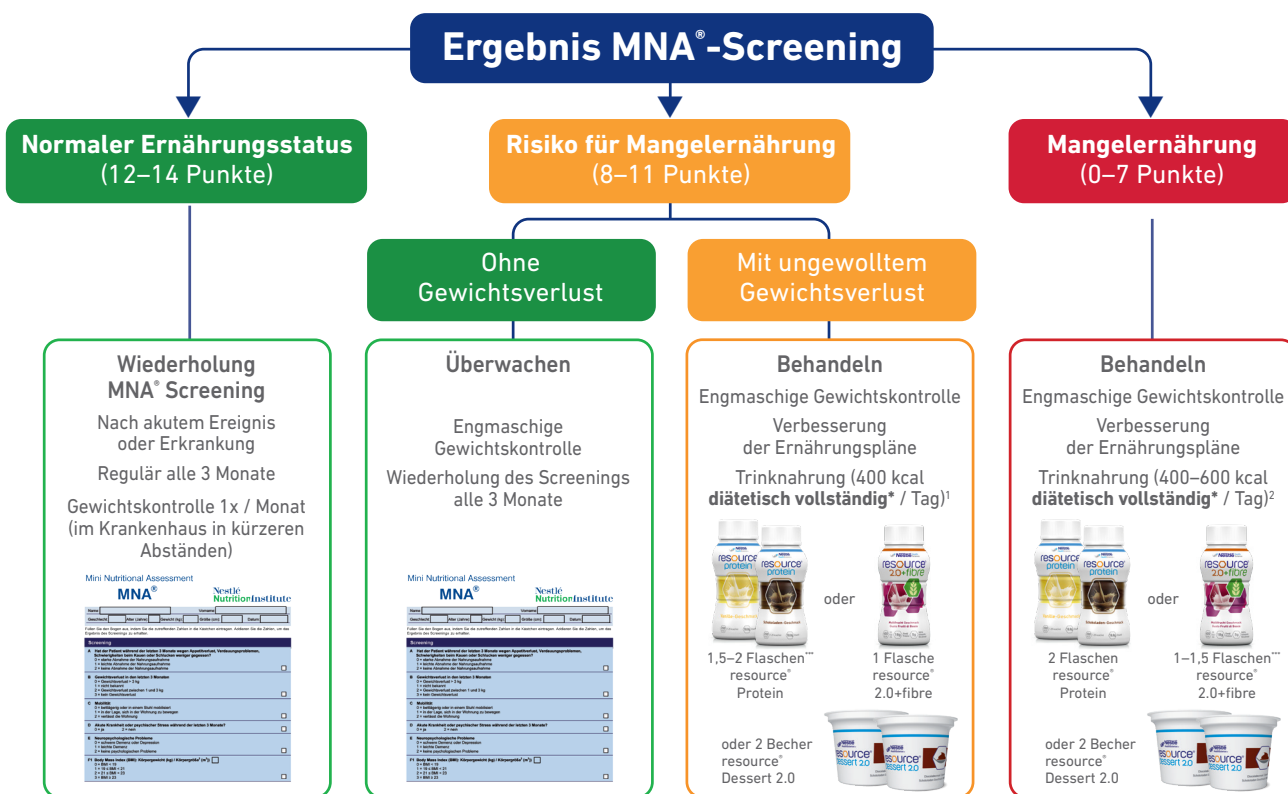
Ernährungsdefizite beheben

- Essensangebot entspricht meist nicht den empfohlenen Tagesmengen an Kalorien, Makro- & Mikronährstoffen
→ Nährstoffdefizit! Zudem werden täglich servierte Mahlzeiten nicht gänzlich verzehrt.

Wann soll eine Trinknahrung zum Einsatz kommen?

Ältere Menschen mit Mangelernährung oder mit Risiko für Mangelernährung sollen Trinknahrung als Teil einer umfassenden, individuellen Ernährungsversorgung erhalten, wenn die Nahrungsaufnahme durch übliche und angereicherte Lebensmittel nicht ausreicht um den Bedarf zu decken.

Aus den DGEM Leitlinien „Klinische Ernährung Geriatrie“: Evidenz A; starker Konsens



Kosten vs. Nutzen von Ernährungstherapien bei Mangelernährung (pro Patient:in & Jahr)

	Zusatzkosten pro Patient:in im Pflegeheim	Kosten für Ernährungstherapie mit resource [®] 2.0+fibre	Potenzial für Kosteneinsparung
Mangelernährung	10.000 € ³	1 Flasche / Tag: 1.000 €	9.000 €

Die Folgekosten einer Mangelernährung übersteigen den Wareneinsatz einer Ernährungstherapie um ein Vielfaches. → Verbesserung von Ernährungszustand verringert Pflegebedürftigkeit/-aufwand/-kosten

* diätetisch vollständig = auf Grund der Zusammensetzung und der empfohlenen Tageszufuhrmengen als alleinige Nahrungsquelle geeignet.
** Es handelt sich hier um Beispiele der Interventionsempfehlung und um keine Ausschließlichkeit.

*** Geöffnete Flasche wieder verschließen, im Kühlschrank aufbewahren und innerhalb von 24 Stunden verbrauchen. Umgefüllte Trinknahrung zugedeckt aufbewahren und innerhalb von 6 Stunden verbrauchen.
1 Milne AC, et al. Cochrane Database Syst Rev. 2009;2:CD003288. 2 Garbala S, et al. Am J Med. 2006;119:693-699.
3 Meijers JMM, et al., Estimating the costs associated with malnutrition in Dutch nursing homes. Clinical Nutrition (2011), doi:10.1016/j.clnu.2011.08.009



Ziele:

- ✓ Erhalt der Muskelkraft
- ✓ Guter Allgemeinzustand
- ✓ Verbesserung der Lebensqualität
- ✓ Erhalt der Autonomie
- ✓ Steigerung der Lebensfreude



Vermeidung von:

- Körperlicher Schwäche - Sturzgefahr
- Bettlägerigkeit, Verschlechterung des Allgemeinzustandes
- Wundheilungsstörung, Infektanfälligkeit
- Hohen Kosten für Krankenhaus Aufenthalt
- Intensivem Pflegeaufwand (Ressourcenknappheit!)
- Isolation/Rückzug

Benötigen Sie Informationsmaterial/Muster für Ihre Patient:innen? Wir freuen uns auf Ihre Kontaktaufnahme!

Mehr Informationen unter:

www.nestlehealthscience.at/resource
www.nestlehealthscience.de/resource

Stand 02/2025



Nestlé Health Science
Nestlé Österreich GmbH
Wiedner Gürtel 9, A-1100 Wien
Infoline: 0800 445522
www.nestlehealthscience.at
office.nhs@at.nestle.com

Nestlé Health Science
(Deutschland) GmbH
Baseler Straße 46, 60329 Frankfurt/Main
Infoline: 0800 1001635
www.nestlehealthscience.de
kontakt@nestlehealthsciencehub.de