



ESSEN UND TRINKEN BEEINFLUSSEN  
DIE LEBENSQUALITÄT UND DIENEN  
DER GESUNDERHALTUNG!



**St. Marien-Hospital  
Hamm gGmbH**

Akad. Lehrkrankenhaus der  
Westf. Wilhelms-Universität Münster

**St. Marien-Hospital Hamm**

Tel. (02381) 18-0  
Fax (02381) 18-1202  
info@marienhospital-hamm.de  
www.marienhospital-hamm.de

**Klinik Nassauerstraße**

Klinik Nassauerstraße 13-19  
59065 Hamm  
Bus: Linien R 41, 30, 29, 22, 21  
Öffentliche Parkplätze sind  
direkt am Haus vorhanden

**Klinik Knappenstraße**

Knappenstraße 19  
59071 Hamm  
Bus: Linien R 1, 3, 6, 528  
Öffentliche Parkplätze sind  
direkt am Haus vorhanden

**AKP PLUS** |

**AKP PLUS Dienstleistungs-GmbH**

Tel. (02921) 9697250  
Internet: www.akp-plus.de

Stand 12/2016

**St. Marien-Hospital  
Hamm gGmbH**

Akad. Lehrkrankenhaus der  
Westf. Wilhelms-Universität Münster

# WIR UNTERSTÜTZEN SIE

- + beim Erkennen einer Mangelernährung
- + in der Vorbeugung einer Mangelernährung
- + wenn Sie an Mangelernährung leiden



Ein Unternehmen der



**KATH. ST.-JOHANNES-GESELLSCHAFT  
DORTMUND gGmbH**

Kranken- und Pflegeeinrichtungen



Frau Stein

Frau Lange-Hilgenkamp

## SEHR GEEHRTE PATIENTEN, SEHR GEEHRTE ANGEHÖRIGE,

dem St. Marien-Hospital Hamm ist daran gelegen, eine Mangelernährungssituation zu erkennen und fachgerecht zu behandeln.

*Während Ihres Aufenthaltes in unserem Krankenhaus wurde bei Ihnen (oder bei Ihrem Angehörigen) eine Mangelernährung bzw. ein erhöhtes Risiko für eine Mangelernährung festgestellt.*

Es ist oft schwierig, nach der Entlassung all das umzusetzen, was Ihnen empfohlen wurde. Gerade die Ernährung ist ein sehr spezielles Thema, zu dem Sie in Ihrem häuslichen Umfeld nicht immer problemlos Beratung finden.

Deshalb bieten wir Ihnen schon während Ihres Aufenthaltes jeden Donnerstag eine kostenlose und unverbindliche Beratung durch einen unserer Kooperationspartner (AKP PLUS Dienstleistungs-GmbH) an.

Ebenso können Sie gern auch nach Ihrer Entlassung kostenlose Beratungen anfragen und wahrnehmen.

Fragen Sie die Pflegekräfte Ihrer Station oder die AKP PLUS Dienstleistungs-GmbH unter der Telefonnummer: 02921-9697250

## Ursachen einer Mangelernährung

- + Vergesslichkeit, Verwirrtheit
- + Nebenwirkungen von Medikamenten
- + schwere Erkrankungen
- + Schmerzen und Depression
- + unregelmäßige Mahlzeiten und einseitige Ernährung
- + Kau- und Schluckbeschwerden
- + schlecht sitzende Zahnprothesen
- + Appetitlosigkeit und vermindertes Durstgefühl
- + verändertes Geschmackempfinden
- + Einschränkungen der Lebensmittelversorgung (fehlende erreichbare Einkaufsmöglichkeiten, finanzielle Mängel)
- + Einschränkungen bei der selbstständigen Lebensführung (z. B. Zubereiten der Mahlzeiten)
- + Einsamkeit

## Folgen einer Mangelernährung

Die Folgen einer Mangelernährung können viele Begleiterscheinungen mit sich ziehen.

Der gesamte Körper kann durch eine verschlechterte Versorgung mit Nährstoffen betroffen sein:

- + Müdigkeit und Schwäche
- + Abnahme der Muskelkraft (erhöhtes Sturzrisiko)
- + Gefahr zunehmender Immobilität (erhöhte Infektanfälligkeit)
- + kognitive Beeinträchtigungen

## Mangelernährung erkennen

Haben Sie in den letzten 3 Monaten (ungewollt) abgenommen?

Ja  Nein

Leiden Sie an einer Kau- und/oder Schluckstörung?

Ja  Nein

Haben Sie in den letzten Wochen weniger Nahrung zu sich genommen?

Ja  Nein

Leiden Sie an Krebs, einer Nierenerkrankung, den Folgen eines Schlaganfalls, einer Leberzirrhose, einer Demenzerkrankung, Parkinson oder einer anderen schweren Erkrankung?

Ja  Nein

Wurden Sie vor Kurzem operiert?

Ja  Nein

Mussten Sie auf einer Intensivstation behandelt werden?

Ja  Nein

Liegt ihr BMI (Body Mass Index) unter einem Wert von 20,5?

Ja  Nein