

Zeitschrift:	Curaviva : Fachzeitschrift
Herausgeber:	Curaviva - Verband Heime und Institutionen Schweiz
Band:	74 (2003)
Heft:	10
Artikel:	Mangelernährung im Alter als Kommunikationsproblem : das "tägliche Brot" allein reicht nicht
Autor:	Känel, Ursula
DOI:	https://doi.org/10.5169/seals-804789

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 12.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Mangelernährung im Alter als Kommunikationsproblem

Das «täglich Brot» allein reicht nicht

Mangelernährung sei bei über 70-Jährigen weit verbreitet, heisst es im aktuellen Schweizerischen Ernährungsbericht. Liegt die Ursache in der fehlenden Kommunikation? Was sagen Betagte selber zu diesem Thema?

Ein Augenschein im Alterszentrum Lindenhof in Oftringen (AG).

In einer riesigen Pfanne auf dem Herd köchelt eine braune Sauce. Armin Flückiger, seit zwanzig Jahren Küchenchef im Alterszentrum Lindenhof in Oftringen, wirft ab und zu einen prüfenden Blick in die Pfanne. Kalbsbratwurst mit Zwiebelsauce, Romanesco und Kartoffeln in der Schale gibt es heute zum Mittagessen; bis auf die Sauce haben er und sein Team alles bereits gestern zubereitet – 80 Portionen für die Pensionäre, 30 für die Angestellten und externe Mittagsgäste.

«Jeweils am Mittwoch stelle ich den Menüplan für die nächste Woche zusammen», erklärt Flückiger, während er gefrorenen Spinat in eine Pfanne gibt – das heutige Zweit-Gemüse für Vegetarier. «Natürlich wäre es besser, die Vegetarier würden – wegen des fehlenden Proteins – einen Fleischersatz zu sich nehmen. Aber was die Pensionäre nicht kennen, essen sie nicht – auch wenn ich noch so betone, dass dies gesund wäre. Zwingen kann ich schliesslich niemanden», sagt er.

Das Salatbuffet hingegen kommt immer gut an – «und ich achte darauf,

dass es pro Tag wegen den Vitaminen mindestens ein Gemüse gibt», sagt Flückiger. Besonders beliebt seien Blumenkohl, Rüebli, Bohnen, Erbsen – doch für die Pensionäre zähle vor allem, dass das Essen weich und somit einfach zu kauen sei. «Ich glaube, über die Zusammensetzung der Nahrung machen sie sich weniger Gedanken», vermutet Flückiger. Er hingegen ist sich bewusst: «Eine ausgewogene Ernährung im Alter ist von grosser Bedeutung – und da trage ich als Küchenchef einen Teil der Verantwortung.»

Protein- und Vitaminmangel

Unbestritten stellt die richtige Ernährung einen wichtigen Eckpunkt der Gesundheitsförderung im Alter dar.

Jedoch sei in der Gruppe der 70- bis 75-Jährigen Mangelernährung weit verbreitet, heisst es dazu im aktuellen Schweizerischen Ernährungsbericht. Neben einem häufig anzutreffenden Proteinmangel stehe es auch um die Versorgung mit einzelnen Vitaminen nicht zum Besten: Bei 15 Prozent der 70- bis 75jährigen Senioren wurde ein Mangel an Vitamin D festgestellt, 20 bis 40 Prozent weisen einen Folsäure- und Vitamin-B12-Mangel auf, und bei mehr als 40 Prozent ist die Versorgung mit den Vitaminen B1, B6 und Betacarotin ungenügend.

Dr. Laurent Dukas von der Geriatrischen Universitätsklinik Basel ist zudem in seinen Studien zum Schluss gekommen, dass bei den über 75-

Ernährungsberaterin Ursula Willi über Kommunikationsprobleme

■ FZC: Viele Pflegebedürftige leiden an Mangelernährung. Was läuft bei der Verpflegung schief?
Ursula Willi: Das Menüangebot ist in der Regel gut, abwechslungsreich und ausgewogen. Das Problem sehe ich bei der mangelnden Kommunikation. Die Patienten in Akutspitälern werden aus Zeitmangel oft nicht ausreichend auf die Auswahlmöglichkeiten informiert. Gerade ältere Menschen haben aber oft Schwierigkeiten mit Kauen oder mit dem Schneiden. Schwerkranken Patienten fehlt schlicht die Kraft um zu essen. Für die Pflege hat eine bedarfsgerechte Ernährung zudem häufig keinen grossen Stellenwert. Die Zeit fehlt, um sich auch noch ums Essen zu kümmern. Entsprechend wird nicht oder ungenügend dokumentiert, wie viel und was die Patienten gegessen haben.

■ FZC: Welche Rolle spielt die eingeschränkte Mitteilungsfähigkeit in schweren Pflegefällen bei der Mangelernährung?

Willi: Patienten mit eingeschränkter Mitteilungsfähigkeit gehen oft unter, das heisst: wenn sie ihre Essens-Bedürfnisse nicht anbringen, wird davon ausgegangen, dass alles passt. Natürlich kennen die wenigsten Betagten die Konsequenzen der Malnutrition. Teilweise sind sie auch froh, nicht über das Essen reden zu müssen und vermeiden es bewusst, das Thema anzusprechen.

Ursula Willi arbeitet als Ernährungsberaterin am Kantonsspital Baden (AG)

