

Zeitschrift: Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz
Herausgeber: Spitex Verband Schweiz
Band: - (2016)
Heft: 5

Rubrik: Fokus "Ernährung" : guten Appetit!

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: 04.02.2026

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



Guten Appetit!

Eine ausgewogene Ernährung ist die Grundlage für eine gute Gesundheit. Betagte Menschen leiden oft an Mangelernährung, was das Risiko für andere Erkrankungen und Stürze massiv erhöht. Umso wichtiger ist es, aus den Mahlzeiten einen Moment der Freude zu machen: Durch schmackhafte Menüs im Mahlzeitendienst oder durch eine umfassende und auf den Klienten zugeschnittene Ernährungsberatung. Die Spitex sorgt stets für einen guten Appetit.

«Tischlein deck dich!» mit dem Mahlzeitendienst

Im Gebäude der Traitafina AG in Lenzburg (AG) werden die Menüs für die Mahlzeitendienste von 25 Spitex-Organisationen produziert. Die frisch zubereiteten «MenuMobile» werden per Lastwagen zu den Spitex-Betrieben transportiert, von wo sie dann durch Fahrdienste auf den Tisch der Klienten gelangen.



Pouletfilets auf dem Weg zum MenuMobile. Bilder: Guy Perrenoud

Die Haare verschwinden unter einer papiernen Haube, der Mund wird mit einem Mundschutz abgedeckt, dazu gibt es einen Ganzkörper-Überzug, und selbst die Füße werden mit den Schuhen in Plastik eingepackt: Wer in die Hallen der Traitafina AG gelangen will, muss sich komplett einhüllen und eine Durchgangsschleuse passieren. Die Gründe dazu liegen natürlich in der Hygiene. In der Traitafina AG in Lenzburg werden täglich mehrere Tonnen Lebensmittel verarbeitet und verpackt. Keime von draussen haben in den Produktionshallen nichts zu suchen. Ich werde heute durch Placi Caluori durch die Produktionshallen der Traitafina AG geführt. Er ist seit 25 Jahren für die «MenuMobile» zuständig. In diesem Betongemäuer mit den ho-

hen Decken ist es so kühl, dass man fast froh ist über den wärmenden Hygiene-Anzug. In jedem Raum riecht es anders, der Duft von verschiedensten Gewürzen liegt in der Luft. Über das Treppenhaus gelangen wir in die Fleischabteilung. Hier wird tonnenweise Fleisch zu Steaks, Würsten und Filets verarbeitet. Das Fleisch stammt von Tieren aus der Region: «Geschlachtet wird in Sursee (LU), von dort gelangt das Fleisch zu uns nach Lenzburg», erklärt Placi Caluori. Das Fleisch wird mit grossen Maschinen zerkleinert und gewürzt, um dann weiterverarbeitet zu werden. Zum Beispiel in der Cipollata-Maschine, wo Kalbsbrät zu kleinen Würstchen geformt wird. Oder in der grossen Rauchkammer, wo Trockenwürste gelagert werden und so ihr rauchiges Aroma bekommen.

Fliessband und Handarbeit

Wir schreiten weiter, grosse Schiebetüren öffnen und schliessen sich automatisch. In manchen Abteilungen ist es deutlich kühler als in anderen, je nachdem, welche Produkte verarbeitet werden. Wir gelangen zu einer grossen Produktionsstrasse, auf deren Fliessband eilig Pouletschnitzel vorbeirauschen. Zuerst wird das Fleisch geschnitten, dann mit Schinken und Käse gefüllt, paniert, frittiert und zu guter Letzt schockgefroren und abgepackt. Überall sind geschäftige Mitarbeiter anzutreffen, jeder hat seine Aufgabe. Sehr viel wird noch in reiner Handarbeit gemacht: Zwei Frauen stehen am Akkord-Tisch und schneiden Rindfleisch in mundgerechte Ragout-Stücke, daneben kreierte ein Mitarbeiter aus diversen Fleischsorten appetitliche Fleischspiesse. Einen Raum weiter, in der Salatabteilung, riecht es nach Mayonnaise und Essig. Literweise Salatsauce wird hier in Plastikflaschen abgefüllt. In einer grossen metallenen Wanne lagert Hörnlisalat, bevor er in kleine Plastikschaalen abgepackt wird. Plötzlich liegt der Duft von gebratenem Fleisch in der Luft und wir folgen unserer Nase



In der Wurst-Maschine wird Kalbsbrät verwurstet, danach werden die Würste zum Trocknen aufgehängt.

in die riesige Küche von Traitafina, wo auch die «MenuMobile» zubereitet werden. 13 Personen arbeiten hier und bereiten jede Woche 5000 Mahlzeiten vor. Hackbraten mit Hörnli und Mischgemüse, Trutenpiccata mit Spaghetti und Karotten, Gemüsebällchen mit Ratatouille und Trockenreis: über 300 Menüs bietet die Traitafina an, die Auswahl ist riesig. Für jedes einzelne Menü wurden durch eine Ernährungsberaterin die Nährstoffwerte berechnet. Die gekochten Beilagen und das Fleisch werden von Hand in die Schälchen abgefüllt, zur Kontrolle wird jede Schale noch gewogen. Die Menüs werden nach strengen ernährungswissenschaftlichen Richtlinien hergestellt, dabei spielt auch die Menge eine zentrale Rolle. Danach werden die Me-

nüs bei 72 Grad pasteurisiert und verpackt, um sie mindestens 18 Tage haltbar zu machen. Auf jede Schale kommt eine Etikette mit der Bezeichnung der Mahlzeit, Verbrauchsdatum und Produktionstag.

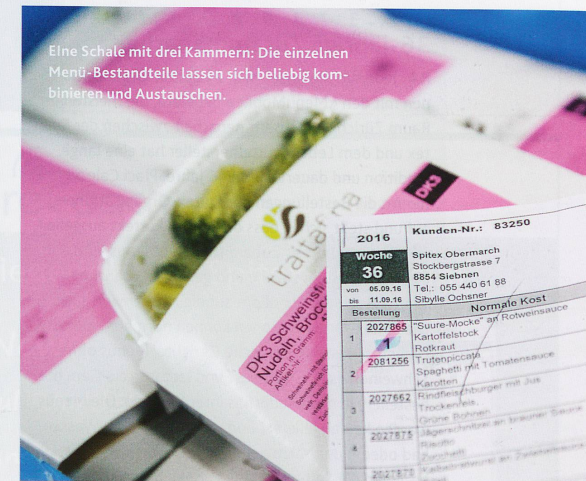
Feinverteilung übernimmt die Spitex

Über das Treppenhaus gelangen wir in das Erdgeschoss der Produktionsstätte. Riesige Hochregallager ragen hier bis unter die Betondecke. Auf diesen Regalen werden die fertigen Produkte der Traitafina AG zwischengelagert, um dann mit dem Lastwagen in die ganze Schweiz geliefert zu werden. Unzählige Menüs mit Hackbraten und Kartoffelstock, Suure Mocke, Pouletgeschnetzelte mit Curry war-

Gut geklaut

sie bis Dienstag zwischengelagert und dann an die Klienten verteilt. Die Spitex Oberaargau wird seit 2014 jeden zweiten Montag mit den «MenuMobile» beliefert. Pro Monat sind das etwa 380 ganze Portionen und 450 halbe Portionen. Nur ein kleiner Teil der Klienten lässt sich mit den Menüs von Traitafina beliefern, die meisten beanspruchen den Mahlzeitendienst der Privatklinik SGM, mit der die Spitex Oberaargau ebenfalls zusammenarbeitet. «Diese Mahlzeiten werden schon warm geliefert und müssen nicht aufgewärmt werden, für viele Klienten ist das die einfachere Lösung», erklärt Wüthrich. Der Vorteil der «MenuMobile» liegt darin, dass der Klient die Mahlzeit dann geniessen kann, wann er will, und nicht, wenn sie geliefert wird. Ausserdem hat er die Wahl aus 300 Menüs. Beliebte sind vor allem währschafte Menüs wie «Ghackets mit Hörnli» oder Hackbraten mit Kartoffelstock. «Wer sich eine warme Mahlzeit liefern lässt, hat keine Wahl und bekommt das, was an diesem Tag in der SGM auf dem Menüplan steht», erklärt Anita Wüthrich.

Eine Schale mit drei Kammern: Die einzelnen Menü-Bestandteile lassen sich beliebig kombinieren und austauschen.



Swiss Star 2006

Red. Die «3-Kammer-Schale MenuMobile» von Traitafina wurde 2006 vom Schweizerischen Verpackungsinstitut zum «Swiss Star 2006» gekrönt und führt seither das Signet der Schweizerischen Verpackungsprämierung. Das 3-Schalen-Prinzip hat die Jury überzeugt: Die drei Schalen für Fleisch, Gemüse und Nudeln oder Reis werden durch Tiefziehkonturen zusammengesteckt und lassen sich so beliebig kombinieren und austauschen. Ausserdem ertragen die Schalen Temperaturen von -30 bis +125 Grad.



«MenuMobile»-Verantwortlicher Placi Caluori im Hochregallager, wo die fertigen Mahlzeiten und die Produkte der Traitafina AG zwischengelagert werden.

Die Menüs für die Spite-Betriebe werden jeweils am Freitag zur Auslieferung bereitgestellt.



ten hier auf die Weiterverteilung. Jeweils am Freitagmittag werden die «MenuMobile» für die Auslieferung sortiert, um dann am Montag an die Spite-Betriebe geliefert zu werden. Die Spite liefert die Menüs mit Fahrdiensten an ihre Klienten weiter. Wie das genau funktioniert, zeigt ein Besuch bei der Spite Oberaargau in Langenthal.

Freiwillige Helfer liefern Mahlzeiten

Langsam rollt der Lieferwagen der Traitafina AG in die Murgenthalstrasse in Langenthal. Anita Wüthrich, verantwortlich für den Mahlzeitendienst der Spite Oberaargau, nimmt die Lieferung in Empfang und bringt die «MenuMobile» in den grossen Kühlschrank im Keller. Dort werden



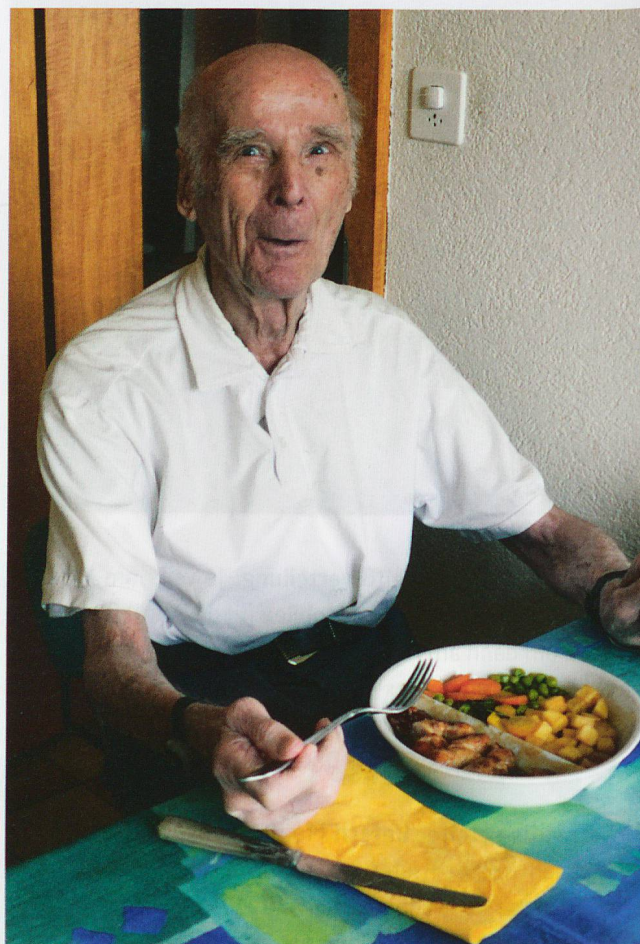
Ernst Graber liefert die Mahlzeiten an die SpiteX-Klienten. Bild: RA

36-jährige Zusammenarbeit

RA. Jede Woche lassen sich 25 SpiteX-Organisationen mit den «MenuMobile» beliefern, die meisten im Raum Zürich. Die Zusammenarbeit zwischen der SpiteX und dem Lebensmittelhersteller hat eine lange Tradition und dauert schon 36 Jahre. Placi Caluori nimmt die Bestellungen der SpiteX-Organisationen auf und stellt sicher, dass die Menüs korrekt ausgeliefert werden. Bei der Zubereitung der Menüs wird auf eine abwechslungsreiche und gesunde Ernährung Wert gelegt und vor allem auf die Kundenwünsche: Die SpiteX-Organisationen können normale Vollkost, Diabetes-Kost, vegetarische Gerichte, Menüs ohne Schweinefleisch, Schonkost und lactosefreie Gerichte bestellen, je nach Bedürfnis ihrer Klienten. Die Menüs werden kalt angeliefert und vom Klienten im Wasserbad oder in der Mikrowelle erhitzt. Warme Menüs beziehen die SpiteX-Organisationen häufig von lokalen Pflegeheimen oder Spitälern. Alle vier Wochen bekommen die SpiteX-Betriebe die Menüvorschläge der Traita fina, bestellt wird per Fax, per Mail oder schriftlich bei Placi Caluori. Dabei wird auch an kleinere Betriebe geliefert: «Der Mindestbestellwert beträgt 300 Franken. Wer weniger Menüs braucht, kann auch nur alle 14 Tage bestellen», erklärt Placi Caluori. Die Traita fina AG mit Sitz in Lenzburg bietet ein breites Angebot an Frischfleisch, Wurst- und Fleischwaren, Comestibles- und Traiteurspezialitäten. Rund 300 Mitarbeiter verarbeiten bis zu 12 500 Tonnen Rohmaterial pro Jahr. Die fertigen Produkte werden täglich an 700 Kunden in der ganzen Schweiz geliefert.

Für die Verteilung der Mahlzeiten sorgen 14 ehrenamtliche Fahrerinnen und Fahrer. Die «MenuMobile» werden jeden zweiten Dienstag von drei freiwilligen Fahrern in Langenthal, Melchnau und Bützberg verteilt. Jede Tour ist zwischen 20 und 30 km lang. Einer dieser freiwilligen Mahlzeitenverteiler ist Ernst Graber. Er liefert seit 12 Jahren zwei- bis dreimal pro Woche Mahlzeiten aus, seit seiner Pensionierung 2015. «Oft bleibt auch noch Zeit für ein kleines Schwätzchen mit den Klienten», erklärt er. Heute beginnt seine Tour mit Werner Fries. Der 93-jährige geniesst den Besuch von Ernst Graber, die beiden wohnen nicht weit voneinander und kennen sich schon länger. «Ich bin gut umsorgt mit dem SpiteX-Mahlzeitendienst, das sind alles Profis!», erklärt Werner Fries. Er bestreitet seinen Haushalt noch weitgehend alleine, fürs Kochen reicht aber die Energie nicht mehr. Umso mehr geniesst er das gute Essen des Mahlzeitendienstes. Nach einem kurzen Schwätzchen macht sich Ernst Graber wieder auf den Weg und Werner Fries geniesst sein Mittagessen. Es warten noch viele weitere Klienten auf ihre Mahlzeit.

Nadia Rambaldi



Tischlein gedeckt! SpiteX-Klient Werner Fries kommt mit dem Mahlzeitendienst voll auf seine Kosten. Bild: RA



Gut gelauntes Personal gesucht?

Ihre zukünftigen Mitarbeitenden
finden Sie über

www.spitexjobs.ch

Der Stellenmarkt für Spitex-Organisationen – schnell, kostengünstig
und topaktuell.



Betreiber: webways ag, Basel



Die führende mobile Pflegedoku für Spitex und Heim

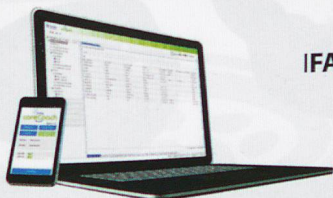
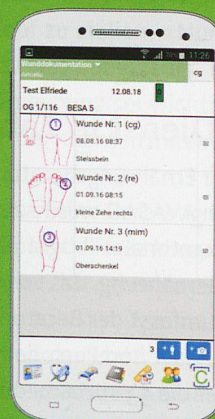
IFAS News:

Beobachtungs-Modul RAI/BESA

Wunddoku auf Android

Menu-Bestellungen in der Küche

Mehrsprachigkeit



**IFAS 2016: Vereinbaren Sie einen Beratungstermin
mit einer/m unserer Fachexperten.**

Telefon 044 360 44 24 / Mail info@topcare.ch



**Besuchen sie uns an der IFAS
25.-28. Okt. 2016 / Messe Zürich**

Tel 044 360 44 24

topCare Management AG
Stampfenbachstrasse 68, 8006 Zürich

www.carecoach.ch

Aus der Mahlzeit einen Moment der Freude machen

Die Waadtländer Spitex-Organisation AVASAD bietet seit 2007 einen Ernährungsberatungsdienst an. Sophie Progin Batalla und Joëlle Fivaz Nagg arbeiten mit zehn anderen Ernährungsberatern und -beraterinnen im ganzen Kanton zusammen, um den Beratungsdienst mit anderen Pflegedienstleistungen in Einklang zu bringen.

Auch die Ernährungsberatung hilft Klientinnen und Klienten, so autonom wie möglich zu bleiben, und stellt einen unbestreitbaren Mehrwert dar: Diesen Schluss zog das Waadtländer Gesundheitsamt 2007 nach einem Präventionsprogramm gegen Stürze und Mangelernährung. Sophie Progin Batalla, kantonale Beraterin in Ernährungsfragen, und Joëlle Fivaz Nagy, Ernährungsberaterin der Fondations Soins Lausanne, bilden gemeinsam mit zehn weiteren Ernährungsspezialisten den Dienst für Ernährungsfragen der AVASAD. Die Spezialisten sensibilisieren die Gesundheitsfachpersonen zu Fragen rund um die Ernährung und begleiten die Klienten, damit auf ihrem

«Gewichtsverlust bedeutet immer auch einen Verlust an Muskelmasse»

Sophie Progin Batalla

«Ein Blick auf die Ernährung deckt häufig auch andere Probleme auf»

Joëlle Fivaz Nagy

Der Dienst in Zahlen

PG. Der Ernährungsberatungsdienst der Waadtländer Spitex-Organisation AVASAD wurde 2007 ins Leben gerufen, im Anschluss an ein kantonales Programm zur Prävention von Stürzen und Mangelernährung, das von 2002 bis 2006 durchgeführt wurde. Heute umfasst der Beratungsdienst 12 Mitarbeitende. 2015 konnten fast 800 Personen von diesem Angebot profitieren, das über die 53 sozialmedizinischen Zentren in den sieben Regionen des Kantons verfügbar ist. Auf Anfrage eines Arztes, einer Spitex-Organisation oder im Rahmen der Nachsorge nach einem Spitalaufenthalt betreuen die Ernährungsberaterinnen und -berater Personen mit Verdauungsproblemen (7%), Diabetes (8%) oder Adipositas (12%). Mit 63% der Fälle bleibt die Mangelernährung das hauptsächliche Problem, wobei etwa 80% der Betroffenen betagte Menschen sind.

Teller Gesundheit und Genuss zusammenkommen. 2015 haben rund 800 Personen im ganzen Kanton Waadt von dieser Betreuung profitiert.

Mangelernährung bekämpfen

Der Ernährungsdienst zu Hause kommt vor allem bei betagten Menschen zum Einsatz, die aus nicht ersichtlichen Ursachen Gewicht verloren haben und oft an Mangelernährung leiden. «Wenn man ohne Grund Gewicht verliert, bedeutet das oft einen Verlust an Muskelmasse, was das Sturzrisiko erhöht und die Genesungszeit, zum Beispiel nach einer Operation, verlängert.» Für Sophie Progin Batalla ist eine gute Ernährung daher äusserst wichtig, gerade bei älteren Menschen. «Das ist eine besonders betroffe-

ne Bevölkerungsgruppe: Die betagten Menschen sagen oft, dass es normal ist, wenn man im Alter weniger isst, da man sich ja auch weniger bewegt. Aber tatsächlich nimmt der Bedarf an Nahrung im Alter zu.»

Nur ein kleiner Teil der Interventionen betrifft hingegen Übergewicht und Fettleibigkeit und, wie die Ernährungsberaterin erklärt: «Man kann übergewichtig und mangelernährt sein.» Die Mangelernährung lässt sich also nicht so einfach erkennen, weshalb die Sensibilisierung der Pflegefachpersonen und des Pflegeassistenzpersonals so wichtig ist. «Wiederholte Grippeerkrankungen, Stürze, Schwierigkeiten beim Bewegen oder auch eine verlangsamte Wundheilung sind mögliche Hinweise, aufgrund derer ein Nährstoffmangel diagnostiziert werden kann», führt Sophie Progin Batalla an, die in ihrer Funktion auch Schulungen für Mitarbeitende der AVASAD durchführt.

Nicht erziehen, sondern beraten

Für die Ernährungsberaterin Joëlle Fivaz Nagy illustriert der Spitex-Ernährungsdienst sehr gut die Idee der Interprofessionalität der Versorgung: «Dank den Hinweisen der Pflegefachpersonen und der anderen Gesundheitsfachpersonen erhalten wir einen umfassenden Einblick. Auf der anderen Seite erlaubt die Beobachtung

der Ernährungsgewohnheiten, mögliche andere Probleme oder Schwierigkeiten der Klienten zu entdecken und anzugehen.» Für die Ernährungsberaterin, die in der Stadt Lausanne arbeitet, ermöglicht die Zusammenarbeit mit dem behandelnden Arzt, den Sozialarbeitenden oder der Psychiatrie eine Beratung, ohne die Ernährungsgewohnheiten des Klienten völlig auf den Kopf zu stellen. «Nur so können wir Erfolg haben», ist Fivaz Nagy überzeugt. Ein Beratungsdienst in der eigenen Umgebung sei wichtig, damit auch die Lebensgewohnheiten der Klienten miteinbezogen werden können.

«Ich erinnere mich sehr gut an eine Beratung für einen Klienten mit Diabetes», erzählt Joëlle Fivaz Nagy. «Als ich hereinkam, hat er sofort gemeint, ich sei eine, die ihn «erziehen» will. Ich habe mich also zuerst mit seiner Frau unterhalten, die einen grossen Teil der Mahlzeiten zubereitet, während er sich aus dem Gespräch heraushielt und auf dem Sofa sass. Als er merkte, dass es bei unserer Ernährungsberatung vor allem darum geht, aus der Mahlzeit einen Moment der Freude zu machen, hat er die Ohren gespitzt. Unser Ansatz hat ihm gefallen. Nach und nach hat er sich dann mehr in das Gespräch eingebracht.»

Zuversicht im Teller

Die Qualität und die Menge der Nahrungsmittel spielen für eine ausgewogene Ernährung eine wichtige Rolle. Aber in dem Moment, wo man



Joëlle Fivaz Nagy (links) und
Sophie Progin Batalla
bilden zusammen mit zehn
weiteren Ernährungs-
spezialisten den Dienst für
Ernährung der AVASAD.

Bilder: Pierre Gummy



sich an den Tisch setzt, befinden sich die Probleme nicht zwingend auf dem Teller. Appetitlosigkeit weist manchmal auch auf einen Verlust an Autonomie hin: die Angst, zu stürzen, finanzielle Probleme oder eine eingeschränkte Mobilität hindern Menschen daran, aus dem Haus zu gehen und Einkäufe zu erledigen. Die einfachsten Dinge werden zu einem fast unüberwindbaren Kraftakt, Mahlzeiten in Gesellschaft werden zur Seltenheit. Wenn jemand alleine zu Hause lebt, verliert er oft die Freude am Essen. Das führt zu karger Ernährung, und das wiederum führt zu Erschöpfung – schon beginnt der Teufelskreis. Deshalb wird auch der Einsatz des Mahlzeitendienstes stets kritisch hinterfragt: «Wenn man jemandem die Mahlzeiten liefert, der in der Lage wäre, selber einzukaufen und zu kochen, riskiert man einen Verlust der Autonomie. Umgekehrt kann eine fundierte Beratung dazu beitragen, dass jemand an Gewicht und Kraft zulegt, und so dem Sozialleben des Klienten wieder neuen Elan geben», erklärt Joëlle Fivaz Nagy.

Ängste rund um das Essen führen manchmal dazu, dass Menschen auf etwas verzichten, was sie mögen, und die Essenszeit so zu einer faden Angelegenheit wird. Die Ernährungsberaterinnen und -berater des Dienstes brechen daher regelmässig mit Tabus. Zum Beispiel verbieten sich Diabetiker oft während Jahren den Genuss von Schokolade, während diese Leckerei ein bisschen Geschmack in den Alltag bringen könnte, ohne dass sie sich negativ auf die Krankheit auswirkt. Sophie Progin Batalla und ihre Kollegin Joëlle Fivaz Nagy erinnern gerne daran, dass die Ernährungsberatung im häuslichen Umfeld «eine Begleitung» ist, dank der man Gesundheit und Zuversicht auf dem Teller finden soll. Weil jeder Klient und jede Klientin einzigartig ist, muss man auch jedes Mal eine neue Lösung finden.

Die Lösung findet sich nicht nur im vitaminreichen Obst und Gemüse, sondern auch in der Süsse der Schokolade.

Pierre Gummy

Gesund essen, auch im Arbeitsstress

Wie können sich Spitex-Mitarbeitende gesund ernähren?

Auf die Plätze, fertig, Essen! Viel Stress verunmöglicht manchmal, gesund zu Essen. Bei der Arbeit beschränkt sich die Mittagspause häufig auf einen schnellen Imbiss. Auch wenn das nicht unbedingt ideal ist, ist es möglich, gesund zu essen, auch bei kurzen Mittagspausen. Drei Tipps von den Ernährungsberaterinnen für eine gesunde Ernährung in stressigen Zeiten:

- Zuallererst muss die Mahlzeit eine richtige Pause sein. Auch wenn sie kurz ist, bietet eine Atempause die Möglichkeit, das Sättigungsgefühl nach dem Essen besser zu spüren. Ein Mittagessen am Telefon oder vor dem Computer ist nicht hilfreich, weil der Hunger sehr schnell wiederkommt.
- Die Mittagspause fällt dem Stress als Erstes zum Opfer. Das Frühstück und das Abendessen werden daher wichtiger. Dort müssen die Nährstoffe enthalten sein, die am Mittag ausgelassen wurden, um die Nährstoffzufuhr über den Tag hinweg auszugleichen.
- Produkte aus Vollkorn und mit komplexen Kohlenhydraten lassen den Blutzuckerspiegel langsamer ansteigen und helfen so, Müdigkeitsphasen zu vermeiden. Sie sind daher besser geeignet, um gelassen und ohne zu naschen bis zur wohlverdienten Mittagspause durchzuhalten.

Inkomed.ch
Inkontinenzversand.ch

Inkontinenzartikel diskret
verschickt mit **gratis Versand**

0800 544 544
Gratis Bestellnummer



Ich setze mich dafür ein, dass
Menschen, die Hilfe brauchen,
professionell und respektvoll
begleitet werden.

→ GEMEINDERÄTIN, BISHER

**FRANZISKA
TEUSCHER**

Berns Stadtpräsidentin



**BESUCHEN SIE UNS
AN DER IFAS 2016**

HALLE 4, STAND 113

Holen Sie sich jetzt kostenlose Eintrittskarten:
cosanum.ch/ifas-tickets

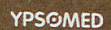
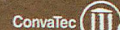
cosanum

Der Gesundheitslogistiker.

Unsere Partner an der IFAS:



schülke



Einführung in das Gesundheitswesen der Schweiz Für Gesundheits- und Sozialberufe

Die vorliegende 2. Auflage stützt sich auf die
neuesten Daten des Bundesamtes für Statistik.
Der Titel erklärt das Gesundheitswesen der
Schweiz in groben Zügen. Er lässt sich als
Nachschlagewerk benutzen, kann aber auch
gut kapitelweise gelesen werden.

Dr. rer. pol. Werner Widmer

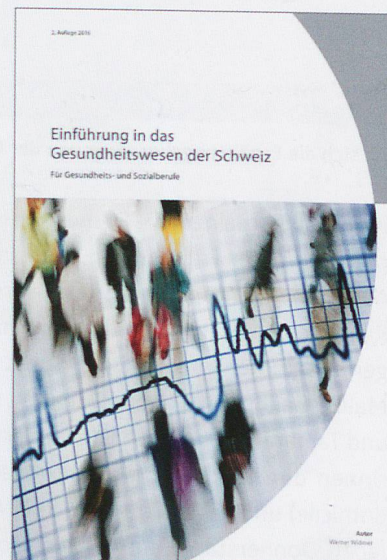
66 Seiten, 21 x 30 cm, broschiiert

2. Auflage 2016

ISBN 978-3-03787-245-1

CHF 25.00

Careum Verlag, Moussonstrasse 4, 8044 Zürich, Tel: 043 222 51 50,
E-Mail: verlag@careum.ch, Online-Shop: www.careum-verlag.ch



careum Verlag

Die Vorkosterinnen von Genf

Gut ist, was gut schmeckt und gesund ist: Die Ernährungsberaterinnen der Imad degustieren jede Woche die Menüs des Mahlzeiten-dienstes. Dabei spielen nicht nur Geschmack und Aussehen der Mahlzeit eine Rolle.



Jede Woche treffen sich die Ernährungsberaterinnen der Imad mit den Köchen des HUG zur gemeinsamen Degustation.

Man könnte meinen, die Damen treffen sich zu einem Mittagessen unter Freundinnen. Nur das Plastikgeschirr, die nüchterne Atmosphäre und das Personal in den weissen Kitteln weisen darauf hin, dass man hier nicht zum Vergnügen zusammenkommt. Doch Spass haben sie trotzdem: Malika Galloppini, Sandra Gorgerat, Isabelle Bard-Petelat und Tamara Del Tatto sind diplomierte Ernährungsberaterinnen der Imad (-institution genevoise de maintien à domicile) und degustieren mit ihrer Chefin Nelly Charvoz jeden Donnerstag die aktuellen Menüs des Mahlzeitendienstes. Dafür fahren sie jeweils in das Universitätsspital Genf (HUG) und probieren die Menüs, welche die Spitalköche des HUG für die Patienten im Spital und für den Mahlzeitendienst der Imad kredenzen. Sieben Menüs mit je drei Komponenten aus Fisch oder Fleisch, Gemüse und Kohlenhydraten stehen zur Degustation bereit, jede Wo-

che werden 21 Speisen probiert. Ob es auch diese Woche schmeckt? Das erste Menü wird serviert, der Spitalkoch stellt den Plastikteller des Mahlzeitendienstes in die Mitte des Tisches: eine Lachstranche mit Teigwaren und Spinat. Zuerst schauen sich die Vorkosterinnen das Aussehen der Mahlzeit an. Passen die Komponenten farblich zusammen? Macht der Teller einen appetitanregenden Eindruck? Die fünf sind sich einig: Der rosa Lachs, der grüne Spinat und die hellen Teigwaren passen farblich gut zusammen. Doch schmeckt es auch? Eine nach der anderen steckt ihre Gabel in Fisch, Gemüse und Pasta und probiert. Einen Moment lang bleibt es still, nur das Kauen der Vorkosterinnen ist zu hören. Dann folgt zustimmendes Nicken: «Der Lachs ist zart und nicht zu trocken und der Spinat hat eine gute Konsistenz», lautet das Urteil von Nelly Charvoz, Verantwortliche für den Mahlzeitendienst der Imad.

Stéphane Galeazzi, der Küchenchef des HUG, notiert sich das Urteil der Spitex-Mitarbeiterin. Er sitzt mit am Tisch, um die Menüs der Woche zu degustieren und um die Rückmeldungen der Ernährungsberaterinnen entgegenzunehmen. Schon kommt der nächste Teller auf den Tisch, und die Frauen rümpfen bereits die Nase: farblich gibt das Menü nichts her und auch geschmacklich sind sich die Vorkosterinnen einig: Die Wähe ist versalzen und das Gemüse ist verkocht. Und warum wird das überhaupt zusammen serviert? Doch die Kritik ist von kurzer Dauer, die restlichen fünf Menüs der Woche bekommen alle gute Noten. Fehlen noch die Desserts. Sieben Süßspeisen werden rumgereicht, Fruchtsalat, Vanillecrème, Birnenkompott, Pâtisserie, Flan caramel und Traubenkompott. Alles schmeckt, nur die Vanillecrème ist den Damen nicht süß genug. Stéphane Galeazzi notiert sich die Anmerkung und bedankt sich bei den Ernährungsberaterinnen für den Besuch. Bereits nächste Woche werden die Ernährungsfachleute wieder gemeinsam am Tisch sitzen und die Menüs der Patienten und Klienten testen.

Mehr Abwechslung als im Spital

Seit knapp fünf Jahren schon findet diese gemeinsame Degustation in der Spitalküche des HUG statt, zuerst nur sporadisch bei neuen Kreationen aus der Küche, später wöchentlich. Nicht nur die Menüs der aktuellen Woche werden getestet, jede Neuerung, jede Verbesserung, jede Menüänderung wird den SpiteX-Ernährungsberaterinnen zur Degustation vorgelegt. Der Austausch zwischen Spitalküche und Imad ist sehr eng. Die Verbesserungsvorschläge und Menüvorschläge werden durch die Spitalköche gerne umgesetzt. Auch wenns manchmal etwas dauert, bis die Idee auch wirklich auf dem Teller landet: «Es braucht Zeit, bis sich Dinge ändern. Aber unsere Rückmeldungen werden stets beherzigt», erzählt Nelly Charvoz.

Jeder Teller wird nach Quantität, Qualität, Präsentation, Konsistenz und Geschmack beurteilt. Auch bei der Planung der Menüs dürfen die Ernährungsberaterinnen mitreden: «Die Spitalküche unterbreitet uns Menüvorschläge für die nächsten vier Monate und wir stellen aus ihren Vorschlägen das Essen für unseren Mahlzeitendienst selber zusammen», erklärt Nelly Charvoz. Das sei nötig, um ausreichend Abwechslung zu schaffen: «Die Patienten im Spital bleiben dort nur eine beschränkte Zeit. Aber unsere Klienten und Klientinnen bekommen die Menüs täglich vorgesetzt, da braucht es mehr Abwechslung», erklärt Charvoz. Die Leiterin Mahlzeitendienst achtet auch darauf, an Festtagen besondere Speisen zu servieren: «Unsere Klienten schätzen es, an Feiertagen etwas Besonderes zu essen, das gehört einfach dazu.» Und was essen die Genferinnen und Genfer am liebsten? Gratin, Spaghetti bolognese, Lasagne, Kartoffelstock, die Geschmäcker sind vielseitig, ist sich das Team einig. Aber Fisch werde immer beliebter, und auch

vegetarische Speisen: «Es wird heute viel öfter Fisch gegessen. Aber das hat damit zu tun, dass es mehr Auswahl gibt.» Vegetarische Speisen sind bei den Klientinnen und Klienten beliebt, weil Fleisch im Alter schwierig zu kauen sei. Und der Klassiker «Café complet» sei auch in der Romandie ein Hit. Die wöchentliche Degustation wird für die Vorkosterinnen manchmal auch zur persönlichen Herausforderung, etwa dann, wenn Speisen wie Kutteln oder Schnecken degustiert werden müssen. «Als ich Zunge probieren musste, war das für mich schon etwas schwierig», gesteht Malika Galloppini.

Täglich 1500 Mahlzeiten

Der Mahlzeitendienst der Imad liefert täglich 1500 Menüs aus. Die Speisen werden an drei Standorte in Genf geliefert, von einer Ernährungsberaterin kontrolliert und zur Weiterverteilung freigegeben. In dieser letzten Kontrolle liegt das Augenmerk auf Aussehen und Menge der Speisen. Falls etwas nicht stimmen sollte, kann so die Notbremse gezogen werden. Das komme aber praktisch kaum vor. Einmal habe ein Käse etwas komisch ausgesehen und die zuständige Ernährungsberaterin habe Alarm geschlagen. «Es stellte sich heraus, dass auf dem Käserand noch Reste des Herstellerstempels zu sehen waren. Der Käse war völlig in Ordnung», schmunzelt Nelly Charvoz. Doch Kontrolle ist wichtig, denn: Das wichtigste Ziel sei es, den Klienten und Klientinnen eine gesunde, schmackhafte Mahlzeit zu servieren, damit sie mit Freude essen.

Nadia Rambaldi



Stéphane Galeazzi, Küchenchef des HUG, nimmt Nelly Charvoz' Rückmeldungen zu den Desserts auf. Bilder: RA

ConvaTec – Ihr Spezialist, nicht nur für Wundauflagen

ConvaTec ist ein führender Anbieter im Bereich der modernen Wundversorgung, Stomaversorgung, Stuhlinkontinenz und Intensivmedizin sowie Infusionstechnik. Seit mehr als 30 Jahren tragen unsere Technologien dazu bei, das Leben unzähliger Patienten weltweit zu verbessern.

Mehr als 3500 Mitarbeiter arbeiten in über 90 Ländern in Produktionsstätten und Logistikzentren rund um den Globus an der Entwicklung und dem Vertrieb von neuen Produkten und Dienstleistungen und letztendlich für die bestmögliche Versorgung der Patienten.

ConvaTec agiert in vier Geschäftsbereichen, die Experten der medizinischen Versorgung in der Klinik, im niedergelassenen Bereich und in der Pflege unterstützen. Jeder dieser Bereiche verantwortet starke Marken, die weltweit bekannt sind, für wissenschaftliche Integrität stehen und zu den führenden Marken im jeweiligen Segment gehören.

Ganz gleich ob wir ein Produkt entwickeln, uns für Patienten oder für gesellschaftliche Belange einsetzen: wir handeln verantwortungsvoll. So unterziehen wir jedes Produkt strengen Sicherheits- und Leistungstests, die weit über die Norm hinausgehen. Zusätzlich stellen wir Patienten sowie Fach- und Pflegekräften ein umfangreiches, produktbezogenes Dienstleistungsangebot zur Verfügung. Die weltweite Betreuung durch qualifizierte Mitarbeiter ist dabei ein wichtiger Aspekt.

Verantwortung, Vertrauen und Integrität sind für uns verbindliche Werte, die wir leben. ConvaTec verpflichtet sich seit jeher zu höchsten ethischen Standards und hält

alle Gesetze, Vorschriften und Richtlinien ein. Selbstverständlich respektieren wir auch die Verpflichtung medizinischer Fachkräfte zu unabhängigen Entscheidungen hinsichtlich der Patientenpflege und Produktauswahl.



ConvaTec (Switzerland) GmbH

Mühlentalstrasse 38

8200 Schaffhausen

www.convatec.ch

convatec.switzerland@convatec.com

Telefon: 0800 55 11 10

ConvaTec: Wir forschen und entwickeln für Ihre Bedürfnisse:

VARIHESIVE®

ConvaTec schafft mit dem weltweit ersten Hydrokolloidverband VARIHESIVE® einen wichtigen Fortschritt im Bereich der Wundversorgung: Der Verband sorgt für ein feuchtes Wundheilungsmilieu und unterstützt so den Heilungsprozess.

1982

AQUACEL® Ag

Der AQUACEL® Ag-Verband verbindet die patentierte Hydrofibre®-Technologie mit der antimikrobiellen Aktivität von Silberionen und bekämpft so Infektionen noch wirksamer.

2003

AQUACEL® Surgical AQUACEL® Ag Surgical

Einführung von AQUACEL® Surgical / AQUACEL® Ag Surgical, einer neuen Produktlösung für die postoperative Wundversorgung.

2011

AQUACEL® Extra™ AQUACEL® Ag Extra™

Mit AQUACEL® Extra™ / AQUACEL® Ag Extra™ erweitert ConvaTec die Produktlinie der patentierten Hydrofibre®-Technologie. AQUACEL® Extra™ / AQUACEL® Ag Extra™ bietet eine noch höhere Aufnahmekapazität und integrierte Verstärkungsfasern sorgen für eine sichere Anwendung.

2012

1996

Einführung des ersten Verbandes mit der patentierten Hydrofibre®-Technologie. Die AQUACEL®-Wundauflage bildet beim Kontakt mit Exsudat ein kohäsives Gel, welches Wundexsudat einschließt, sich dem Wundbett anpasst und auf das Wundmilieu reagiert.

AQUACEL®

2012

AQUACEL® Foam – ConvaTec erweitert sein Produkte Portfolio mit einem Schaumverband kombiniert mit der einzigartigen gelbildenden AQUACEL®-Wundkontaktschicht und einem hautfreundlichen Silikonhafttrand.

AQUACEL® Foam

2013

Mit AQUACEL® Ag Foam bietet Ihnen ConvaTec einen antimikrobiell wirkenden Silberschaumverband mit der einzigartigen AQUACEL® Ag Wundkontaktschicht.

AQUACEL® Ag Foam

2014

AQUACEL® Ag+ Extra – die perfekte Wundauflage, die Barrieren der Wundheilung zu durchbrechen. Die revolutionäre Technologie Ag+ zerstört Biofilm und tötet Bakterien ab.

AQUACEL® Ag+ Extra

2016

Einführung von FoamLite™ ConvaTec, ein dünner Schaumverband für gering oder nicht exsudierende Wunden.

FoamLite™

1978 1980 1982 1984 1986 1988 1990 1992 1994 1996 1998 2000 2002 2004 2006 2008 2010 2012 2014 2016 2018 2020 2022

Einmischen ja, aber mit Respekt!



Nadia Rambaldi

Gut essen und ausreichend trinken sind für eine gute Gesundheit und für das persönliche Wohlbefinden extrem wichtig. Zur täglichen Arbeit von Spitex-Mitarbeitenden gehört es auch, die Ernährungsgewohnheiten von Klienten und Klientinnen zu überwachen. Ursula Ledermann Bulti, diplomierte Pflegefachfrau, vom Spitex Verband Schweiz gibt Auskunft.

Was gehört betreffend Ernährung genau zu den Aufgaben einer Spitex-Mitarbeiterin?

Ursula Ledermann Bulti: Eine ausgewogene Ernährung ist eine der Grundlagen für eine gute Gesundheit. Dazu gehören auch der tägliche Flüssigkeitsbedarf und der ganze Verdauungsapparat. Fragen zu Ernährungsgewohnheiten der Klienten werden daher bereits in der Bedarfsabklärung angesprochen. So können Schwierigkeiten und Mängel frühzeitig erkannt werden. Aber auch während der täglichen Arbeit werden Spitex-Pflegefachpersonen mit den Ernährungsgewohnheiten der Klienten und deren Auswirkungen konfrontiert. Konsumiert ein Klient oder eine Klientin mit Bluthochdruck viel zuckerhaltige Getränke, könnte der Bluthochdruck damit zusammenhängen. In einer solchen Situation muss die Pflegefachperson das Problem ansprechen und ihre Beobachtung dem Hausarzt mitteilen.

Was lässt sich weiter beobachten?

Im Rahmen der Bedarfsabklärung wird das ganze Umfeld des Klienten miteinbezogen. Die Pflegefachperson darf also, mit Einverständnis des Klienten, auch einen Blick in die Küche und in den Kühlschrank werfen. Das zeigt auf, was der Klient oder die Klientin alles zu sich nimmt. Sind die Mengen dem Bedarf des Patienten angepasst? Kann er oder sie die Flaschen selber öffnen oder fehlt ihm die Kraft oder die Feinmotorik? Das sind Fragen, welche die Pflegefachperson stets im Hinterkopf haben muss. Wichtig ist aber auch zu erfahren, wer einkaufen geht und wer die Gerichte zubereitet. Indikatoren wie Gewicht, Schluckbeschwerden und Diäten werden durch RAI-MDS erfasst. Auch der Zahnstatus des Klienten kann Aufschluss über seine Ernährungsgewohnheiten liefern. Und bei schneller Gewichtsabnahme muss Alarm geschlagen werden: Dies deutet entweder auf ein medizinisches Problem hin, auf

massiv schlechte Ernährungsgewohnheiten oder der Klient oder die Klientin vergisst schlicht und einfach zu essen.

Wo darf man sich nicht einmischen?

Als Pflegefachperson mischt man sich überall ein wenig ein, man muss alle Bereiche des täglichen Lebens ansprechen. Wichtig ist, dies im Austausch mit dem Klienten und den Angehörigen zu machen und allen mit Respekt zu begegnen. Die Angehörigen sind ebenfalls eine wichtige Informationsquelle betreffend Ernährungsgewohnheiten.

Wie ändern sich die Essgewohnheiten im Alter?

Hunger- und Durstgefühle und Geschmacksempfinden verändern sich, nicht zuletzt auch durch die Medikation des Klienten. Ältere Menschen haben oft mehr Lust auf Süssspeisen, weil sie Süsses besser schmecken können. Fleisch schmeckt im Alter oft weniger gut, auch weil es schwierig zu kauen ist. Das fehlende Protein muss mit anderen Lebensmitteln kompensiert werden.

Wie kann man heikle Themen am besten ansprechen?

Mit viel Respekt. Manchmal lohnt es sich, das Thema über Umwege anzusprechen. Wenn der Klient nur vage Auskunft gibt, sollte nachgefragt werden. Der Austausch mit den Angehörigen ist ebenfalls sehr wichtig. Die Ernährung und die Trinkgewohnheiten sind wichtige Faktoren für eine gute Gesundheit, die Pflegefachperson muss stets ein Auge darauf haben.

Interview Nadia Rambaldi