

Zeitschrift: Spitex Magazin : die Fachzeitschrift des Spitex Verbandes Schweiz
Herausgeber: Spitex Verband Schweiz
Band: - (2019)
Heft: 5

Artikel: Drei Fragen und ein Blick in den Kühlschrank
Autor: [s.n.]
DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-928218>

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: 16.01.2026

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

Drei Fragen und ein Blick in den Kühlschrank

Das frühzeitige Erkennen einer möglichen Verschlechterung des Ernährungszustandes einer Kundin oder eines Kunden hat grossen Einfluss auf die weitere gesundheitliche Entwicklung.

Entsprechend wichtig ist es, die Entstehungsmechanismen von Mangelernährung im Alter etwas genauer zu betrachten.

ENTSTEHUNGSMECHANISMEN VON MANGELERNÄHRUNG IM ALTER³⁻⁵ (IN TEILEN ADAPTIERT)

Ebene	Einflussfaktoren	Auswirkungen
Erwerb von Lebensmitteln	<ul style="list-style-type: none">• ADL/IADL-Funktionseinschränkungen• Soziale Isolation• Niedriger sozioökonomischer Status• Kognitionsstörungen (Demenzen u.a.)	<ul style="list-style-type: none">• Keine Einkaufsmöglichkeit in Gehdistanz erreichbar• Fehlende Unterstützung für schwere Einkäufe• Finanzielle Beschränkung in der Lebensmittelauswahl• Fehlende Möglichkeit, um Einkäufe, Zubereitung und Kochen selber zu erledigen
Nahrungsaufnahme	<ul style="list-style-type: none">• Reduzierte Mundhygiene• Altersanorexie• Kognitionsstörungen• Schluckstörungen• Reduziertes Durstgefühl• Neurologische Erkrankungen (Parkinsonsyndrome, Multiple Sklerose, etc.)• Medikation• Restriktive Diäten	<ul style="list-style-type: none">• Schmerzen bei der Nahrungsaufnahme• Anosmie, reduzierter Appetit, Aspiration• Schluckstörung• Dehydratation• Schluckstörung, motorische Störungen• Anorexie• Mangel an Makro- und Mikronährstoffen
Verdauung	<ul style="list-style-type: none">• Gastroparese• Chronische Gastritis• Chronische Obstipation• Medikamente/Diarrhöe/Polypharmazie	<ul style="list-style-type: none">• Schnelles Sättigungsgefühl, Appetitlosigkeit• Beeinträchtigte Nährstoffaufnahme und -verwertung• Unerwünschte Arzneimittelwirkung (Nausea, Erbrechen, Diarrhöe)

ADL/IADL = Activities of Daily Living; Instrumental Activities of Daily Living.

⁴Volkert, D. et al. Mangelernährung in der Geriatrie. *Aktuel Ernährungsmedizin* 2011;36:175–90. https://eref.thieme.de/ejournals/1438-9916_2011_03#/10.1055-s-0030-1266115 (accessed 01.09.2017).

⁵Agarwal E. et al. Malnutrition in the elderly: a narrative review. *Maturitas*. 2013;76(4):296–302.

DIESE DREI FRAGEN SOLLTEN SIE STELLEN

- Haben Sie unabsichtlich Gewicht verloren?
- Falls Sie Gewicht verloren haben, wie viele Kilogramm?
- Haben Sie wegen reduziertem Appetit wenig gegessen?

DIE DREI KRITISCHEN FRAGEN BEI VERDACHT AUF MANGELERNÄHRUNG.³

Antwort	Score
Haben Sie unabsichtlich Gewicht verloren?	
Nein	0
Unsicher/Ja	2
Falls Sie Gewicht verloren haben, wie viele Kilogramm?	
1–5	1
6–10	2
11–15	4
> 15	4
Unsicher	2
Haben Sie wegen reduziertem Appetit wenig gegessen?	
Nein	0
Ja	1

Bei zwei oder mehr Score-Punkten liegt eine Risikosituation vor was zu einer detaillierten Ernährungsanamnese führen sollte. Bei der Ernährungsanamnese werden vor allem Fragen nach Appetit, Geschmacksempfinden und der Fähigkeit zu essen gestellt.

Das Nestlé Nutrition Institute bietet das Mini Nutritional Assessment MNA® an

Dieser von Fachpersonen validierte Fragebogen kann Sie bei Ihrem Screening unterstützen. Das Formular kann allenfalls auch der behandelnden Ärztin resp. dem Arzt für weitere Abklärungen übergeben werden.

Sie können die Kurzversionen in 32 Sprachen hier herunterladen, direkt im PDF die Werte eingeben und das PDF personalisiert speichern oder drucken.
www.mna-elderly.com/mna_forms.html

