

Ernährung im Alter

Roland Radziwill, Fulda

Das Thema Ernährung spielt auch in der Apotheke eine nicht unwesentliche Rolle. Vor allem ältere Menschen haben aus den unterschiedlichsten Gründen Ernährungsprobleme und Beratungsbedarf. Daher sollten sich auch die Mitarbeiter und Mitarbeiterinnen einer Apotheke in dieser Thematik auf dem Laufenden halten. Das vorliegende Buch „Ernährungspraxis Senioren“ wendet sich primär an Diätassistentinnen und Diätassistenten sowie Ökotrophologinnen und Ökotrophologen in Praxis und Ausbildung. Es ist in drei Teilbereiche gegliedert.

Im ersten Teil werden die Grundlagen bezüglich der altersphysiologischen und -psychologischen Veränderungen sowie der Ernährungsempfehlungen für ältere Menschen kompakt, aber ausreichend dargestellt.

Der zweite Abschnitt, der Hauptteil, widmet sich den speziellen Ernährungssituationen der Senioren. Von der Mangelernährung über die Dehydratation, die Problematik der Kau- und Schluckbeschwerden bis hin zur Ernährung Dementer werden jeweils die Ursachen, die erforderlichen Maßnahmen zur Behebung und die Prävention besprochen. Spezielle Kapitel beleuchten den Zusammenhang zwischen Ernährung und Mobilität, den Einfluss der Arzneimitteltherapie auf die Ernährung, die Hygiene hinsichtlich des Risikos der Übertragung

von Keimen durch Nahrungsmittel und den dazu gehörenden richtigen Hygienemaßnahmen. Sehr interessant und ausführlich wird das Thema Ernährung am Lebensende, auch unter juristischen Aspekten, abgehandelt. Gerade hier ist Wissen und Aufklärung nötig.

Der dritte Teil beschäftigt sich mit der Gemeinschaftsverpflegung von Senioren. Hier findet man aber auch praktische Tipps zur Umsetzung in der privaten Häuslichkeit.

Für eine zweite Auflage sollten die Fallbeispiele, Beispiele sind grundsätzlich lobenswert, jedoch nicht nur eine spezielle Situation beschreiben, sondern auch Lösungsmöglichkeiten aufzeigen. Dies würde die einzelnen Themen noch anschaulicher gestalten.

Ist das Buch auch für das Apothekenpersonal empfehlenswert? Die umfassende Darstellung der Probleme der Ernährung von Seniorinnen und Senioren und die sich daraus ergebende Ernährungstherapie liefert für die Beratung in der Apotheke, für Patienten im Krankenhaus sowie für Schulungen von Diätassistentinnen und Diätassistenten ein profundes Basiswissen, das für diese Bevölkerungsgruppe sonst in dieser kompakten Form nicht zu finden ist. Gerade im zweiten Teil findet man Beratungswissen, das man beinahe täglich im Beruf aber auch im persönlichen



Ernährungspraxis Senioren

Beratungswissen kompakt

Von Martin Smollich (Hrsg.).
Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft
Stuttgart, 2021. XX, 304 Seiten,
48 Farabbildungen, 39 Farbtabelle.
Auch als E-Book erhältlich. Gebunden
44,00 Euro. ISBN 978-3-8047-3393-0.
E-Book 44,00 Euro. ISBN 978-3-8047-
4228-4.

Alltag anwenden kann. Dies ist umso wichtiger, da die Ernährungsproblematik bisher in der Ausbildung nur eine untergeordnete Rolle spielt. Das Buch „Ernährungspraxis Senioren“ ist Teil einer Reihe, die sich auch mit der Ernährung(spraxis) von Säuglingen, Kindern und Jugendlichen sowie der von Frauen und Männern befasst.