

Anleitung zum Ausfüllen der Speiserücklaufdokumentation

Das Ernährungsprotokoll dient zur Dokumentation der Verzehrmenge bei den verschiedenen Mahlzeiten über einen Zeitraum von 7 Tagen. Mit dieser Methode ist nur eine grobe Schätzung der tatsächlichen verzehrten Menge möglich. Sie gibt aber gute Anhaltspunkte, ob bei den Patienten bzw. Bewohnern Essprobleme vorliegen. Die Ergebnisse dienen als Grundlage zur Planung der Pflege- und Ernährungsmaßnahmen.

Um die tatsächlich aufgenommene Kalorien- und Nährstoffmenge ungefähr abschätzen zu können, sollten die Nährwerte der Speisen berechnet und im Verpflegungskatalog der Einrichtung hinterlegt sein.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) hat Richtlinien für die Umsetzung der Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr für die Gemeinschaftsverpflegung (GV) aufgestellt. Hiernach wird für gesunde Senioren mit durchschnittlicher körperlicher Aktivität (PAL* 1,4) eine **tägliche Energiezufuhr von 1800 kcal** empfohlen. Diese kann Ihnen als grobe Orientierung dienen. Für die einzelnen Mahlzeiten wird folgende prozentuale Aufteilung angenommen**:

- Frühstück 15%
- Mittagessen 35%
- Abendessen 30%
- Zwischenmahlzeiten 20%

Und so geht's:

- 1.) Füllen Sie zunächst zu Beginn der Dokumentationswoche die obere Spalte mit den Patientendaten aus. Tragen Sie dort Name, Station/Zimmer, Größe und Gewicht ein. Außerdem sollte hier die ausgewählte Kostform (z. B. Normalkost, Diabetikerkost, Passierte Kost) und deren durchschnittlicher Energie- und Eiweißgehalt aufgeführt werden.
- 2.) Tragen Sie in der oberen freien Zeile der Tabelle das jeweilige Datum ein.
- 3.) Kennzeichnen Sie nach jeder Mahlzeit die Verzehrmenge entsprechend der Vorgabe und fügen Sie Ihr Handzeichen ein.
- 4.) Schätzen Sie am Ende eines Tages die tatsächlich verzehrte Menge in kcal.

* PAL : physical activity level = durchschnittlicher täglicher Energiebedarf für körperliche Aktivität als Mehrfaches des Grundumsatzes)
PAL 1,4: überwiegend sitzend, keine anstrengenden Aktivitäten

**Quelle: Martin E (Hrsg.)
Ernährungslehre für die Altenpflege.
Bildungsverlag EINS Troisdorf, 2005

Speisenrücklaufdokumentation



Name: _____ Größe: _____ Kostform: _____
 Station/Zimmer: _____ Gewicht: _____ kcal: _____ g Eiweiß: _____

Datum:																					
	Verzehr- menge	kcal/ Mahlzeit	Hand- zeichen	Verzehr- menge	kcal/ Mahlzeit	Hand- zeichen	Verzehr- menge	kcal/ Mahlzeit	Hand- zeichen	Verzehr- menge	kcal/ Mahlzeit	Hand- zeichen	Verzehr- menge	kcal/ Mahlzeit	Hand- zeichen	Verzehr- menge	kcal/ Mahlzeit	Hand- zeichen	Verzehr- menge	kcal/ Mahlzeit	Hand- zeichen
Frühstück:																					
Zwischenmahlzeit:																					
Mittagessen:																					
Zwischenmahlzeit:																					
Abendessen:																					
Spätmahlzeit																					
Summe kcal:																					

Verzehrmenge: (fast) nichts wenig (ca. 1/4) etwa die Hälfte fast alles (ca. 3/4) alles