

Steckbrief Trinknahrung

WAS IST TRINKNAHRUNG?

- Trinknahrung enthält als Getränk alle Nährstoffe, die man sonst über normale Nahrung zu sich nimmt. Dadurch ist Trinknahrung eine effektive Strategie, um einer Mangelernährung vorzubeugen oder sie zu therapieren
- Trinknahrung ist verordnungsfähig. Bei drohender Mangelernährung kann sie der Arzt verschreiben
- Trinknahrung erfordert keinen körperlichen Eingriff, ist leicht anzuwenden und wird in der Regel gut akzeptiert



WANN WIRD TRINKNAHRUNG EINGESETZT?

Trinknahrung eignet sich für Patienten, die

- sich trotz Optimierung der Nahrung (siehe 1) nicht oder nicht ausreichend auf normalem Weg ernähren können
- keine Schluckprobleme haben
- einen funktionsfähigen Verdauungstrakt haben

WELCHE PRODUKTVARIANTEN GIBT ES?

Am Markt werden weit über 100 Produkte verschiedener Hersteller angeboten.

Wichtige Unterschiede sind z.B.:

- Normaler oder hoher Energiegehalt
- Breit anwendbares Standardprodukt oder krankheitsadaptierte Spezialnahrung
- Ballaststoffhaltig oder ballaststofffrei
- Geschmacksneutral oder mit Geschmack (über 20 Richtungen)
- ...

WAS IST BEI DER ANWENDUNG WICHTIG?

Beschwerden wie Übelkeit, Blähungen, Durchfall können oft durch einfache Regeln vermieden werden:

- Trinknahrung nie vor oder zu den Mahlzeiten, sondern dazwischen oder abends spät nehmen
- In kleinen Portionen langsam trinken
- Geschmackliche Vorlieben der Patienten beachten
- Trinknahrung normal oder leicht kühl temperieren
- Nicht länger offen im Warmen stehen lassen
- ...

