

Ernährung bei Palliativpatienten



Die für uns so selbstverständliche Bedeutung des Essens ist oft am Lebensende nicht mehr gegeben. Häufig kommt es zu Appetitlosigkeit bis hin zu einer ausgeprägten Abneigung gegen Essen. Die Auswahl der akzeptierten Lebensmittel ist stark eingeschränkt, Betroffene beschreiben die Situation oft mit dem Satz „das geht nicht an mich ran“. Essen wird zur Pflicht. Das verminderte – teilweise sogar nicht mehr vorhandene – Hungergefühl ist eine Reaktion des Körpers auf die fortgeschrittene Erkrankung. Zusätzlich wird durch ein schnelles Sättigungs- bzw. Völlegefühl und eine oft verzögerte Magen-Darm-Passage die Nahrungsaufnahme eine Belastung.

Der Umgang mit dieser Situation stellt Betroffene und Angehörige vor eine große Herausforderung, denn Essen steht symbolhaft für das Leben. Um einen Menschen, der die Nahrung verweigert, macht man sich große Sorgen. Oft haben wir in unserer Versorgung schon von Angehörigen gehört: „Er/Sie muss doch etwas essen, sie/er wird immer weniger!“

Es gibt viele, auch körperliche Gründe, warum Palliativpatienten nicht mehr essen können oder wollen. Psychische, soziale oder auch physische Probleme wie ständige Übelkeit, Mundtrockenheit, Entzündungen der Mundschleimhaut oder ähnliches können der Grund dafür sein.

Auch wenn es manchmal sehr schwerfällt, im weit fortgeschrittenen Krankheitsstadium gilt der Grundsatz: „Alles kann – nichts muss“. Es ist für die Patienten oft eine große Erleichterung, nicht mehr zum Essen gedrängt zu werden. Wichtig ist jetzt nicht mehr die Menge, sondern der Genuss bei der Nahrungsaufnahme. **Wenn es dem Patienten gut tut, dann ist es richtig.**

Erwarten Sie nicht zu viel, bieten Sie kleine Mahlzeiten an, ohne feste Essenszeiten und individuell angepasst. Ein schöner Ausdruck einer Angehörigen hilft hier vielleicht, sie sagte uns:

„Ich habe jetzt einen Kiosk-Kühlschrank mit ganz vielen leckeren Kleinigkeiten, so kann ich ihm anbieten, was er sich wünscht.“

Bei Fragen dazu, sprechen Sie uns bitte an.