

Ernährung bei Krebspatient*innen

Alia Charanova, Mohamed Amehaj Omar
 Grete Zethöfer, Yasmin Christian
 Liane Jap

Warum ist Ernährung wichtig?

- gibt Energie und Kraft
- stärkt den Körper
- unterstützt das Immunsystem
- fördert die Wundheilung
- verhindert Gewichtsverlust
- verbessert die Lebensqualität

Ziele der Ernährung

- ausreichende Energie aufnehmen
- genügend Eiweiß essen
- Mangelernährung vermeiden
- Muskelmasse erhalten
- Therapie besser vertragen

Was wird empfohlen?

- Eiweißreiche Lebensmittel: Fleisch, Fisch, Eier, Milchprodukte, Hülsenfrüchte
- Vitamine und Mineralstoffe: Obst, Gemüse
- Kohlenhydrate: Vollkornbrot, Reis, Kartoffeln, Nudeln
- Gesunde Fette: Nüsse, Samen, Pflanzenöle
- Ausreichend trinken: Wasser, Tee, Suppe (ca. 1,5-2 Liter, wenn erlaubt)

Häufige Probleme

- Appetitlosigkeit
- Übelkeit und Erbrechen
- Geschmacksveränderungen
- Schluckbeschwerden
- Mundentzündung (Mukositis)
- Gewichtsverlust

Pflegemaßnahmen

- kleine, häufige Mahlzeiten anbieten
- Lieblingsspeisen berücksichtigen
- Essen schön anrichten
- genügend trinken fördern
- Mundpflege durchführen
- Gewicht regelmäßig kontrollieren
- Ernährungsberatung organisieren

Fazit

Eine ausgewogene Ernährung hilft Krebspatientinnen, Kraft zu behalten, Nebenwirkungen besser zu bewältigen und die Lebensqualität zu verbessern. Die Pflege unterstützt die Patientinnen täglich bei der Nahrungsaufnahme und beobachtet mögliche Probleme.

ärztlicher Anordnung)

Immunsuppression (je nach

• rohe Lebensmittel bei

(bei Mundentzündung)

• sehr scharfes Essen

• Sehr fettiges Essen

• Kaugut

• Alkohol

Was sollte vermieden werden?