

Therapiekonzept

„Ich entscheide, ich genieße,
ich lebe!“



„Ich entscheide, ich genieße, ich lebe!“

1. Grundgedanke des Konzepts

Mahlzeiten stellen im Alltag des Menschen ein wichtiges Ereignis dar, das nicht unterschätzt werden darf. Sie strukturieren den Tag, Kommunikation wird gepflegt und sie nähren den Körper und die Lebensfreude. Essen ist ein oft unterschätzter Punkt im Alltag und wird leider noch von vielen Menschen ausschließlich als Nahrungsaufnahme angesehen. Dabei kann schon der Geruch und Geschmack von gutem Essen so viel bewirken. Einen guten Ernährungszustand erreicht man nicht durch Kalorienanalysen, Pflegeplanungen oder regelmäßiger Gewichtskontrolle. Die Atmosphäre, das Angebot und der Geschmack (nicht die Inhaltsstoffe) sind entscheidend, wenn das „Ernährungsmanagement“ bei Menschen mit Demenz gelingen soll.

Menschen mit Demenz verlieren häufig an Gewicht. Durch ein passendes Speisen- und Getränkeangebot kann oft schon erreicht werden, dass Bewohner mit Demenz nicht an Körpergewicht verlieren und möglichst lange selbständig bleiben.

Ziel unseres Projekts ist, unseren Bewohnern genau dies zu ermöglichen, indem wir ihnen diese Atmosphäre ermöglichen und das Frühstück in Form eines Buffets anbieten.

Die Wertschätzung und der Respekt, die Achtung der Persönlichkeit jedes einzelnen Bewohners stehen für uns an erster Stelle und sind unser Leitsatz.

Ziele des Projekts sind folgende Punkte:

- Erhöhung der Lebensqualität
- Achtung der Persönlichkeit
- Erhaltung der Selbstbestimmung
- Förderung der Kommunikation und Integration
- Erhaltung von Fähigkeiten und Fertigkeiten
- Berücksichtigung von individuellen Wünschen und Bedürfnissen zur Erhaltung des Ernährungs- und Gesundheitszustandes
- Erhaltung und Wiedererlangen der Selbständigkeit
- Förderung der Strukturierung und Orientierung (Ort, Zeit, Situation)

Durch unser Projekt wird nicht nur die Psyche unserer Senioren stabilisiert und positiv dahingehend beeinflusst, dass dies auch Auswirkungen auf den Körper zeigt.

Somit können auf körperlicher Ebene folgende Ziele verfolgt werden:

- Verbesserung des Ernährungszustandes
- Steigerung der Nahrungsaufnahme und somit eine Gewichtszunahme
- Stabilisierung des Immunsystems
- Reduktion von zusätzlicher hochkalorischer Ernährung, was wiederum eine Kostenersparnis zur Folge hat
- Entgegenwirken bzw. Verlangsamung des Krankheitsverlaufes durch aktive Förderung der Sinne

2. Konkrete Maßnahme

Die Umsetzung des Projekts „Ich entscheide, ich genieße, ich lebe!“ erfolgt in Zusammenarbeit mit dem interdisziplinären Team und einer Neukonzeptierung der Milieugestaltung. Täglich wird auf der Station ein Frühstücksbuffet arrangiert und jedem unserer Senioren die Möglichkeit gegeben, sich sein Frühstück individuell zusammenzustellen. Dabei steht der Bewohner mit seinen Wünschen und Fähigkeiten ganz im Vordergrund und erhält eine intensive persönliche Betreuung von Seiten des Pflegepersonals und der Sozialen Betreuung. Die Akzeptanz der

Wünsche und Bedürfnisse, ausreichend Zeit für die Auswahl der Mahlzeit, Hilfestellung und Begleitung durch das Frühstück haben für uns höchste Priorität und lässt den Tag positiv beginnen.

Der Bewohner wird morgens nach der Grundpflege vom Pflegepersonal in den Aufenthaltsraum gebracht und von einer Mitarbeiterin des Services und der Sozialen Betreuung an das Buffet gefahren. Zunächst erhält er hier erst einmal die Möglichkeit, die Auswahl an Lebensmittel optisch und olfaktorisch auf sich wirken zu lassen. Durch diese Reize wird der Appetit angeregt und Assoziationen im Gehirn geknüpft. Anschließend wird mit dem Bewohner gemeinsam das Angebot der einzelnen Frühstückskomponenten besprochen und er kann seine Wahl treffen. Der Bewohner erhält die Möglichkeit, aktuell und des täglich Befindens entsprechend aus dem Angebot auszuwählen.

Der Aufbau des Buffets entspricht einer systematischen Vorgehensweise. Zunächst einmal wird die Grundlage ausgewählt (Brot, Semmel, etc.) anschließend die Auflage (Wurst, Käse, Marmelade, Nutella, Butter, Streichkäse ect.), anschließend kann er sich für Cerealien entscheiden (Kellogs, Müsli, Haferflocken), zusätzlich besteht die Möglichkeit sich zwischen Obst, Joghurt, Eiern zu entscheiden. Die Auswahl des Getränks stellt den Abschluss dar. Durch diesen Aufbau wird einer Reizüberflutung entgegengewirkt und der Bewohner bekommt Sicherheit durch tägliches Wiederholen der gleichen Vorgehensweise.

Anschließend bringen wir den Bewohner auf seinen Platz und das ausgewählte Frühstück wird serviert. Die Zubereitung erfolgt entweder selbständig von dem Senioren oder mit Hilfestellung bzw. Übernahme dieser Tätigkeit von uns.

Einmal wöchentlich findet ein „Verwöhnfrühstück“ statt. Ganz spezielle Wünsche, z.B. Brezen, Croissants, Pfannkuchen, Schinken, Orangensaft, werden an diesem Tag berücksichtigt und zusätzlich angeboten.

Aber auch dem Bewohner, der nicht mobilisierbar ist, wird die Möglichkeit des individuellen Frühstücks geboten. Wir fragen nach seinen Wünschen und servieren die Mahlzeit in seinem Zimmer.

3. Beobachtungen

Eine gustatorische Reise der Sinne wird mit diesem Projekt angeregt und schon nach kürzester Zeit haben sich viele positive Aspekte herauskristallisiert.

Durch die Vielzahl an Lebensmittel kommt der Bewohner in den Genuss, neue Dinge auszuprobieren und Erfahrungen zu sammeln. Nur was man erlebt, gelebt und genossen hat, bleibt in der Erinnerung. Die Demenz raubt dem Erkrankten dieses Gut, aber unsere Intension mit diesem Projekt gibt uns die Möglichkeit, diesen Verlust mit neuen Reizen auszugleichen und das Leben wieder um eine Erfahrung reicher zu machen. Ausreichend Zeit und Ruhe wirken für eine angenehme Atmosphäre und eine entspannte Situation. Der Bewohner fühlt sich nicht mehr genötigt, die Mahlzeit als ein „Muss“ anzusehen, er bekommt nicht wochenlang das Menü, für das er sich oder sein Betreuer beim Einzug entschieden hat. Die Ressource der Selbständigkeit wird erhalten bzw. gefördert, indem das Essen nicht automatisch fertig zubereitet auf dem Tablett serviert wird, sondern dem Bewohner die Möglichkeit gegeben wird, dies nach seinen Möglichkeiten noch selbständig zu tun. Die Zubereitung kann individuell und nach Gewohnheit zelebriert werden.

Die Mahlzeit stellt einen Genussfaktor dar und der Körper kann die ihm zugeführten Nährstoffe anders verwerten, da keine zusätzlichen Stresshormone ausgeschüttet werden. Durch diese Qualität, die wir unseren Bewohnern mit diesem Buffet bieten, steigt automatisch auch die Lebensqualität des Bewohners um ein Vielfaches an.

Das reichhaltige, abwechslungsreiche Angebot sorgt außerdem für eine ausgewogene und gesunde Ernährung, was sich wiederum positiv auf das Immunsystem auswirkt.

Die Bewohner sind deutlich aktiver und lebendiger. Sie beginnen den Tag mit einer positiven Erfahrung, was sich auf den ganzen Tag auswirkt.

Die Kommunikation wird gefördert, die Bewohner fangen an von früher und zu Hause zu erzählen, unterhalten sich miteinander.

Der Appetit wird durch das Angebot der Auswahl angeregt und der Bewohner verbessert seinen Ernährungszustand. Es konnten bei den regelmäßigen Gewichtskontrollen eine Gewichtssteigerung von 1-4 kg bei den Bewohnern beobachtet werden. Ferner hat bei einer Bewohnerin der für sie typische Brechreiz während des Essens aufgehört. Dadurch ist gleichzeitig eine Reduktion von hochkalorischer Zusatznahrung zu verzeichnen und somit eine Kostenersparnis.

Eine Steigerung des Selbstwertgefühls wird durch die Selbstbestimmung erreicht und die Bewohner freuen sich schon am Abend auf das Frühstück. Eine Agilität und Wachheit ist im Rahmen dieses Projekts zu beobachten und dies fällt auch den Familienangehörigen und Besuchern auf. Das Feedback ist durchwegs positiv.

Essen, das Grundbedürfnis der Menschheit, das wichtigste Gut der Lebenserhaltung, in einer kultivierten Form zelebriert, wird durch die Umsetzung dieser neuen Struktur als elementar wichtiger Tagespunkt in den Alltag unseres Pflegeheims aufgenommen und trägt so wesentlich zum Wohlbefinden und der Gesunderhaltung unserer Senioren bei.

Aber nicht nur für den Bewohner ist dieses Projekt ein Gewinn auf allen Ebenen seines Seins.

Auch der positiv wirtschaftliche Aspekt darf bei der Umsetzung nicht außer Acht gelassen werden. Das in den meisten Einrichtungen umgesetzte „Tablettsystem“ ist mit einem höheren und wirtschaftlichen größerem Aufwand verbunden. Deutlich weniger Lebensmittel werden durch die individuelle Auswahl und das täglich sich verändernde Hungergefühl verworfen und die Kosten können besser kalkuliert werden. Die oft doppelt ausgeführten Arbeitsschritte entfallen und dienen einer Zeitersparnis. Auch der Bedarf an kostspieliger Zusatzernährung hat sich reduziert.

Dieses Projekt ist rundherum ein voller Erfolg und bringt unsere Bewohner wieder einen Schritt näher an den Leitgedanken unseres Hauses: „Zurück ins Leben“.

Wenn der Bewohner sich zu Hause fühlt und es begegnen ihm Menschen, die ihn als Person wahrnehmen, schätzen, achten und respektieren und ihn in seiner Welt liebevoll begleiten, dann kann er auch ganz bewusst den Schritt wagen und sagen:

„Ich entscheide, ich genieße, ich lebe“ !!!

