

BESA QSys Fachtagung, 7.9.2023

Referat Rolf Caviezel, Foodlab Caviezel

Movefood: Die feine Art zu essen – trotz Schluckbeschwerden

Essen kann viel mehr sein, als man denkt, sagt Rolf Caviezel. Dank wissenschaftlichen Erkenntnissen und Experimentierfreude sorgt er auch bei einschneidenden Einschränkungen (fortgeschrittener Demenz, Kauproblemen, Schluckbeschwerden) für ein positives Erlebnis und Lebensqualität bei der Ernährung.

Wenn das Essen Probleme bereitet, leidet die Lebensqualität darunter. Zuerst einmal direkt, weil der Genuss beim Essen wegfällt, später dann auch indirekt, durch Mangelernährung oder durch aufgezwungene Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr. Dank Natur-, Ernährungs-, Pflegewissenschaft und Kreativität muss es nicht so weit kommen. Basierend auf den Stufen der Initiative zur internationalen Standardisierung der Dysphagie-Diät (IDDSI) hat Rolf Caviezel Rezepte zusammengestellt, die eine ausgewogene gesunde Ernährung gewährleisten und gleichzeitig alle Sinne erfreuen: Auge, Geruchs- und Geschmacks- sowie, auch wichtig, Tast- und Hörsinn! Zusammen mit dem Molekularbiologen Fritz Treiber hat er kürzlich dazu ein Buch mit dem gleichen Titel wie sein Referat an der diesjährigen BESA QSys Fachtagung in Bern und wie dieser Beitrag veröffentlicht. Bereits vor zehn Jahren hat er zusammen mit der Pflegeexpertin APN und aktuellen Pflegedienstleiterin der Stiftung Alters- und Pflegeheim Sägematt Lengnau Ilka Lendner und dem Professor für Physik Thomas A. Vilgis ein Buch mit dem Titel «Ernährung bei Pflegebedürftigkeit und Demenz» geschrieben.

Essen und Trinken in allen Lebenslagen und mit verschiedensten Gesundheitszuständen: Getränke, die so eingedickt sind, dass sie mit den Fingern eingenommen werden können, weiches Brot, umgeformter Käse und Schinken, Salami-, Spargel- und Rotkrauteis, alles in mundgerechten und leicht zu schluckenden Häppchen. Mahlzeiten stimulieren basal und wecken damit neben dem Appetit auch viele Erinnerungen, richtig zubereitet sogar über die Sonde.

Doch die Küche kann nicht alles richten. Zu einer angemessenen Nahrungs- und Flüssigkeitszufuhr gehört aufrechtes Sitzen, Kopf leicht nach vorne, ruhige Umgebung, Zeit nehmen, nach dem Essen zwanzig Minuten sitzen bleiben, Mundpflege. Da ist die Pflege gefordert, wie Rolf Caviezel zurecht betont.