



*Verpflegungskonzept  
und Diätkatalog*

*für die*

*BioMed-Klinik*

*in Bad Bergzabern*

Juni 2023

Einleitung	3
Ansprechpartner	3
1 Patient:innen Verpflegungskonzept	4
2 Diätkatalog	6
2.1 Einleitung	6
2.2 Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP)	6
2.3 Kostformen	7
2.3.1 Vollkostformen	7
2.3.2 Gastroenterologische Kostformen	11
2.3.3 Sonderkostformen	15
2.3.4 Krebsdiäten	17

## Einleitung

Das vorliegende Verpflegungskonzept wurde individuell für die BioMed-Klinik in Bad Bergzabern zusammengestellt.

Es soll Hilfestellung bei der Auswahl der Speisen zu den verschiedenen Mahlzeiten und bei der Umsetzung bei speziellen Kostformen geben.

Hierbei wird angestrebt, die Nährwertempfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) zu erreichen und die DGE-Qualitäts-Standards für die Verpflegung in Kliniken umzusetzen.

Dokumentierte Qualitätskontrollen bei der Warenannahme, der Lagerhaltung, der Zubereitung, der Verteilung und dem Transport der Speisen, ebenso bei der Reinigung der Räume, der Geräte und des Geschirrs erfolgen nach der gesetzlichen Vorgabe des HACCP- Konzepts („Hazard Analysis Critical Control Points“), welches der Qualitätssicherung und Vermeidung von Gefahren im Zusammenhang mit Lebensmittel dient.

Es werden mehrmals jährlich Kontrollen durch die interne und externe Hygieneabteilung durchgeführt

Die Mitarbeiterinnen der Küche nehmen 1x jährlich an einer Hygieneschulung teil.

Oft entspricht die Krankenhauskost nicht den spezifischen Ernährungsinterventionen bei Patient:innen mit Krebserkrankungen.

Es ist möglich, hierzu eine spezielle Ernährungsberatung mit unserer Diätassistentin zu vereinbaren.

## Ansprechpartner

Küchenleitung/ Diätassistentin Büro Haus 5	Katja Bartoloni	06343/705947	Fragen zur Verpflegung i.A. Spezielle Ernährungsfragen Umbestellung/Abmeldung/ Ergänzung zum Essen Ernährungsberatung
Küche Haus 5	Mitarbeiterinnen der Küche	06343/705945	Abmeldung vom Essen Fragen zur Verpflegung
Küche Haus 8	Mitarbeiterinnen der Küche	06343/705948	Abmeldung vom Essen Fragen zur Verpflegung

# 1 Patienten Verpflegungskonzept

Die Mitarbeiter:innen der Küche in Haus 5 und Haus 8 sind in der Zeit von 6.30 Uhr bis 19.30 Uhr für Sie da.

## Fragen zur Ernährung

Bei Fragen zur Essensbestellung oder für spezielle Essenswünsche während Ihres Aufenthaltes, wenden Sie sich bitte an unsere Diätassistentin.

Frau Katja Bartoloni.  
Montag-Freitag 8.00 Uhr - 14.00 Uhr  
Tel. 06343/ 705 - 947  
[K.Bartoloni@biomed-klinik.de](mailto:K.Bartoloni@biomed-klinik.de)

## Speisenerfassung:

Bei der Aufnahme bekommt jede Patient:in einen Speiseplan für das Mittagessen ausgehändigt. Der ausgefüllte Speiseplan wird danach an die Küchenleitung weitergegeben und täglich ausgewertet. Für das Essen im Zimmer gilt ein gesondertes Bestellformular für Frühstück und Abendessen. Das Formular für das Mittagessen bleibt gleich.

Am Anreisetag bekommen Sie i.d.R. das vegetarische Menü. Sollten Sie eine spezielle Ernährungsform, Allergien oder Unverträglichkeiten haben, können Sie dies auch gerne vor dem Anreisetag per Mail an [K.Bartoloni@biomed-klinik.de](mailto:K.Bartoloni@biomed-klinik.de) mitteilen oder Sie kontaktieren nach der Aufnahme die Diätassistentin/Küchenleitung Frau Bartoloni.

## Speisenbestellung:

Beim Mittagessen kann unter drei verschiedenen Menüs gewählt werden:

- Vollkost
- angepasste Vollkost
- vegetarische Vollkost

In der BioMed Klinik wird auf Schweinefleisch in jeglicher Form verzichtet.

Das Hauptgericht ist von apetito, einem cook&freeze Lieferanten. Dabei achtet apetito darauf, auf Geschmacksverstärker, Zusatzstoffe und Farbstoffe zu verzichten. Die einzelnen Komponenten werden tiefgefroren angeliefert, dann je nach Gericht in einer dafür vorgesehenen Zeit regeneriert.

Mehr Informationen unter: <https://www.apetito.de/essen-fuer/patienten>

Das Hauptgericht wird entweder mit Salat oder Gemüse serviert und kann mit Suppe und Dessert ergänzt werden.

Suppe, Salat und Dessert werden täglich frisch in der hauseigenen Küche zubereitet.

Das Mittagessen wird von einer Servicemitarbeiter:in der Küche an den Tisch im Speisesaal gebracht.

Es besteht die Möglichkeit, das Essen aufs Zimmer zu bekommen, wenn durch Therapietermine die Essenszeiten nicht eingehalten werden können oder es aus gesundheitlichen Gründen nicht möglich ist.

Dies muss jedoch einer der Servicemitarbeiter:in der Küche mitgeteilt werden.

### **Wahlmöglichkeiten beim Frühstück:**

- 2 Sorten Käse
- 2 Sorten Geflügelwurst
- Butter, Margarine
- verschiedene Sorten Frischkäse
- verschiedene vegane Aufstriche
- Haferflocken, Cornflakes, Früchtemüsli
- Leinsamen, Nüsse, Rosinen
- Milch
- Hafermilch und Reismilch auf Nachfrage
- Orangensaft
- Naturjoghurt
- Speisequark
- Leinöl
- frisches Obst und Gemüse
- 4 verschiedene Sorten Brötchen (Weizen-, Dinkel-, Roggen-, Mehrkorn-)
- Vollkornbrot
- Knäckebrot

Jeden Tag wird das Frühstück durch ein „Extra“ ergänzt.  
z.B. Energiekugeln, Ingwer-Shot, frische Kresse, Ingwerwasser, etc.

### **Wahlmöglichkeiten beim Abendessen:**

- 2 Sorten Käse
- 2 Sorten Geflügelwurst
- Butter, Margarine
- verschiedene Sorten Frischkäse
- vegane Aufstriche
- Vollkornbrot
- Dinkelbrot (ohne Weizenanteil)
- Steinofenbrot
- Frisches Gemüse

Jeden Tag wird das Abendessen durch ein „Extra“ ergänzt (siehe Aushang Speisesaal),  
z.B. Getreidesalat, Tomate-Mozzarella, Matjessalat, Antipasti, Pellkartoffeln mit Kräuterquark, ...

### **Patienten:innenbefragung:**

Jeder Patient:in hat die Möglichkeit, das Essen online zu bewerten.  
Dazu bitte den Link „Patientenbefragung“ auf unserer Website [www.biomedklinik.de](http://www.biomedklinik.de) aufrufen.

## 2 Diätkatalog

### 2.1 Einleitung

Bei der Zusammenstellung der Kostformen wurden die „DGE Qualitätsstandards für Verpflegung in Krankenhäusern“ sowie der neue Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP) vom 12/2019 zugrunde gelegt.

### 2.2 Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP)<sup>1</sup>

„Wissenschaftliche Studien belegen, dass eine gezielte Ernährungsintervention im medizinischen Alltag bei vielen Erkrankungen eine vergleichbare Bedeutung hat, wie die Verordnung krankheitsspezifischer Medikamente.“ (F. Jochum, Präsident DGEM)

Die dem LEKuP zugrunde liegenden Empfehlungen basieren auf den D-A-CH-Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) für Erwachsene und entsprechen einer vollwertigen und gesundheitsförderlichen Ernährung. Mittelmeerkost und vegetarische Ernährung werden als gleichwertig betrachtet. Abhängig von krankheitsspezifischen Erfordernissen werden Abweichungen und Ergänzungen vorgenommen, so dass eine Ernährungstherapie umgesetzt werden kann, die alle ernährungsbezogenen Maßnahmen zur Wiederherstellung von Gesundheit und Wiedererlangung des Handlungsvermögens von Patienten darstellt. Der vorliegende Leitfaden beschränkt sich auf die Darstellung der Prinzipien der Ernährungstherapie und deren praktische Umsetzung.

Der neue Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis ist das Ergebnis einer intensiven Zusammenarbeit verschiedener führender Ernährungsverbände Deutschlands, wie

- Deutsche Gesellschaft für Ernährung – DGE;
- Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin – DGEM;
- Verband der Diätassistentinnen Deutscher Bundesverband e.V. – VDD;
- u.a.m.

und löst das bisherige „Rationalisierungsschema 2004“ ab.

Der neue Leitfaden wurde notwendig, da sich sowohl das Gesundheitssystem grundlegend geändert als auch Ernährungsmedizin und Diätetik sich deutlich weiterentwickelt haben. So werden neue Anforderungen an die ernährungstherapeutische (Mit) Betreuung vieler Erkrankungen gestellt.

Der Leitfaden bietet ein verlässliches Fundament für die tägliche Arbeit der Ernährungstherapie und -beratung.

<sup>1</sup> Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP), Thieme von der VDD Internetseite

## 2.3 Kostformen

### 2.3.1 Vollkostformen

#### Vollkost

##### Indikation

Für alle Patient:innen, die keine spezielle Kost benötigen.

##### Definition

- Keine Einschränkungen bei der Auswahl von Nahrungsmitteln
- Nährwertrelation bei Standardkost

Es gelten die DGE Nährstoff Zufuhrempfehlungen für Krankenhäuser, mit einem PAL (Personal Activity Level) von 1,2 (sitzende Tätigkeit)

Energie	1800-2100 (7600 – 8800 kJ)
Eiweiß	15%
Fett	30 - 35%
Kohlenhydrate	50 - 55%
Ballaststoffanteil	>30g/d
Cholesterin	sollte 300 mg/Tag nicht überschreiten

- Der Fettanteil soll wegen des präventiven Potenzials überwiegend aus pflanzlichen ungesättigten Fetten und Ölen erfolgen:  
GFS 10 %, EUFS 10 %, MUFS 7-10 %, Transfettsäuren  
Verhältnis Omega-6-Fettsäuren: zu Omega-3-Fettsäuren sollte 5:1 (besser 4:1) betragen
- Komplexe Kohlenhydrate aus ballaststoffreichen Lebensmitteln, wie Vollkornprodukte, Gemüse, Rohkost und Obst sollten bevorzugt werden (5 am Tag), um Vitamin-, und Mineralstoffbedarf zudecken
- Fleisch und Wurst sollten seltener verzehrt werden  
Empfehlung für mittags: 2-3x / Woche das vegetarischen Essen wählen
- Eine Zufuhr von freien Zuckern von bis zu 10% der Gesamtenergie ist akzeptabel.  
Freie Zucker sind alle Mono- und Disaccharide, die den Lebensmitteln zugesetzt werden, plus die Zucker, die natürlicherweise in Honig, Sirup, Fruchtsäften und Fruchtsaftkonzentraten vorkommen.

##### Ziel

Den Ernährungszustand zu erhalten oder zu verbessern.

Die Wahlmöglichkeit ermöglicht den Patient:innen, das Wohlbefinden zu verbessern.

## **Angepasste Vollkost**

### Indikation

Bei unspezifischen Unverträglichkeiten und gastrointestinalen Erkrankungen mit entsprechender Symptomatik kann eine angepasste Variante der Vollkost (ehemals leichte Vollkost) empfohlen werden.

Dabei sind individuell unverträgliche Lebensmittel auszuschließen und/oder geeignete Garmethoden zu beachten.

### Prinzip

Die angepasste Variante entspricht der Vollkost unter Weglassen individuell unverträglicher Lebensmittel.

Mit angepassten Varianten gemäß Vollkost wird kein therapeutischer Effekt erzielt.

Durch die Vermeidung von Lebensmitteln mit individuell nachteiligen Wirkungen kann jedoch das Wohlbefinden der Patient:innen verbessert werden.

Die angepasste Vollkost unterscheidet sich von der Vollkost durch Ausschluss von Lebensmitteln und Speisen, die erfahrungsgemäß häufig, z.B. bei mehr als 5% der Patient:innen, Unverträglichkeiten auslösen\*

- sie zeichnet sich weiterhin durch eine schonende Zubereitung aus
- Nährwertrelation und Energiegehalt entsprechen denen einer Vollkost

**Generell gilt: Gegessen werden kann bzw. soll, was vertragen wird!**

### Ziel

Die Entlastung der Verdauungsorgane und von Verdauungsprozessen.

Vermeidung von unspezifischen gastrointestinalen Symptomen, wie z. B. Blähungen, Sodbrennen, Völlegefühl, Magendruck usw.

Optimale Ausnutzung der Nahrung.

### Hinweis:

Individuelle Intoleranzen beachten.

Die Kost ist leicht verdaulich und ballaststoffärmer als die Vollkost (~20g/Tag)

\* Folgende Lebensmittel und Zubereitungsarten werden im Allgemeinen schlecht vertragen:

- fette und/oder stark geräucherte Fleisch-, Fisch- und Wurstwaren
- fette Eierspeisen und Mayonnaise
- stark angebratene oder mit Speck angebratene, geröstete oder frittierte Lebensmittel
- vollfette Milchprodukte in größeren Mengen (Sahnejoghurt, Vollfettkäse)
- fette Brühen, Soßen und Suppen
- große Mengen Streich- und Kochfett
- frisches Brot und frische oder sehr fette Backwaren, sehr grobe Brotsorten
- fette und frittierte Kartoffelzubereitungen (Brat- oder Röstkartoffeln, Pommes Frites)
- schwer verdauliche und stark blähende Gemüse: alle Kohlsorten Grün-, Rot- Weiß- Rosen- und Wirsingkohl, Sauerkraut, Kohlrabi, Blumenkohl, Brokkoli, Romanesco sowie Lauch, Zwiebel, Paprika, Oliven, Gurken- und Rettich-/Radieschen, Hülsenfrüchte
- unreifes Obst, Nüsse und Mandeln, Avocados
- stark säurehaltige Lebensmittel (Essig, Zitrusfrüchte, Brot je nach Sorte)
- Fette Süßigkeiten
- Alkohol in jeglicher Form, kohlensäurehaltige Mineralwasser oder Limonaden, eisgekühlte Getränke
- große Mengen scharfer Gewürze

## **Vegetarische Kost**

### **a) Ovo-lacto vegetabile Kost**

#### Indikation

- keine medizinische Indikation im engen Sinne
- religiöse und ethnische Gründe
- Abneigung gegen Fleisch
- Prophylaxe ernährungsabhängiger Zivilisationserkrankungen  
z. B. Hyperlipoproteinämie, Hyperurikämie

#### Prinzip

Definition (lt. DGE 03/2018):

In einer ovo-lacto-vegetabilen Ernährung wird auf Fleisch, Fleischprodukte und Fisch verzichtet. Neben Proteinen sind die genannten Lebensmittel Lieferanten für weitere Nährstoffe, wie Omega-3-Fettsäuren und Jod, die in der vegetarischen Menülinie durch eine entsprechende Speiseplangestaltung kompensiert werden sollten.

Neben Hülsenfrüchten und Hühnereiern eignen sich hierzu u.a. Milch und Milchprodukte sowie Nüsse.

Ein Einsatz von industriell hergestellten Fleischersatzprodukten ist aus ernährungsphysiologischer Sicht nicht notwendig.

Empfehlung:

- Täglich Getreide, Getreideprodukte oder Kartoffeln, davon mind. 1x Vollkornprodukte und max. 1x Kartoffelerzeugnis
- Täglich Gemüse, mind. 1x Hülsenfrüchte
- Täglich mind. 2 x Obst, mind. 1x Nüsse
- Täglich mind. 2 x Milch oder Milchprodukte (bevorzugt als fermentierte Milchprodukte)
- Rapsöl ist Standard-Öl

### **b) Ovo-vegetabile Kost**

wie **a** aber ohne Milch.

Sollte diese Kost gewünscht werden, wenden Sie sich an die Diätassistentin.

### **c) Lacto-vegetabile Kost**

wie **a** aber ohne Eier.

Sollte diese Kost gewünscht werden, wenden Sie sich an die Diätassistentin.

## **d) Vegan**

### Indikation

Keine medizinische Indikation im engen Sinne.

Jedoch steigt die Anzahl der Patient:innen, die aus unterschiedlichen Gründen keine tierischen Lebensmittel verzehren möchten.

Diese Entscheidung muss akzeptiert und die Versorgung gewährleistet werden.

### Prinzip

Eine vegane Ernährungsweise schließt alle Produkte tierischen Ursprungs aus.

Besonders kritisch ist die Versorgung mit Vitamin B12, hier wird eine Supplementierung notwendig.

Weitere kritische Nährstoffe sind Calcium, Jod, Eisen, Zink sowie die Omega-3-Fettsäuren und die essenziellen Aminosäuren.(Ernährungsumschau 04/2016)

Patient:innen, die eine solche Ernährung wünschen, können sich bei der Diätassistentin melden.

Die Anpassung an den Speiseplan und eine gesonderte Zubereitung ist im Rahmen unserer Möglichkeiten möglich.

## **2.3.2. Gastroenterologische Kostform**

### **Breiige Kost / Flüssige Kost**

#### Indikation

- eingeschränkte Kaufähigkeit
- Schluckstörungen
- schlechter Ernährungszustand
- Appetitlosigkeit

#### Prinzip

Die Speisen werden in passierter, sehr weicher oder flüssiger Form angeboten. Sie werden zudem mit Sahne und/oder Butter angereichert.

Brei, Suppe, passiertes Kompott kann zu jeder Mahlzeit angefordert werden.

Bei Wunschkost, Appetitlosigkeit, etc. sollte die Diätassistentin dazu gerufen werden, um die Wünsche aufzunehmen.

Empfehlungen bei Entzündungen des Mund- und Rachenraumes, der Speiseröhre oder des Magens:

- kein hartes Brot, Kracker
- Gemüse sehr weich gegart
- keine heißen und säurehaltigen Speisen und Getränke
- Trinknahrung
- Eiswürfel aus Mineralwasser

Empfehlungen bei trockenem Mund und/oder vermindertem Speichelfluss

- Milch fördert die Schleimbildung im Rachenraum, daher eher meiden
- Saure Speisen (saure Bonbons ohne Zucker) fördern den Speichelfluss (nicht bei Mukositis)
- Zucker und zuckerhaltige Speisen machen den Speichelfluss zäh
- Kaugummi regt den Speichelfluss an
- Öl-Spülungen vor dem Essen bilden einen Schutzfilm im Mund – etwas gurgeln und dann das Öl ausspucken

## Glutenfreie Kost

### Indikation

Zölliaki

### Prinzip

Bei der glutenfreien Kost werden die Getreidesorten Gerste, Weizen (Dinkel, Grünkern), Roggen und Hafer, sowie alle daraus hergestellten glutenhaltigen Lebensmittel eliminiert.

Durchschnittliche Nährstoffrelation der Standardzusammenstellung:

Energie:	8400 kJ/2000 kcal
Eiweiß:	15 %
Kohlenhydrate:	55 %
Fett:	30 %

Beim Frühstück und Abendessen können die Patient:innen beim Buffet wählen.

Wurst und Käse in der BioMed Klinik sind glutenfrei und laktosefrei.

Glutenfreies Brot/Brötchen werden auf Nachfrage bereitgestellt.

Die Anpassung an das Mittagessen erfolgt in Absprache mit der Diätassistentin.

### Anmerkung:

Bei manchen Patient:innen kann eine Laktoseintoleranz und Steatorrhö (Fettstuhl) hinzukommen. Dann müssen laktosefreie Lebensmittel und MCT-Produkte eingesetzt werden

MCT- Fette werden schneller und in größerem Umfang resorbiert als LCT-Fette.

Die MCT - Fettmenge muss allmählich gesteigert werden. Beginnend mit 20 g/Tag wird die Menge je nach subjektiver Verträglichkeit täglich erhöht; die meisten Patient:innen tolerieren 80 g/d. Durch die Einschränkung natürlicher Fette kann es u. U. zu einer Unterversorgung mit essenziellen Fettsäuren kommen.

Als Ausgleich ist es erforderlich, täglich ca. 10 g hochwertiges Pflanzenöl in die Kost einzuarbeiten.

### Ziel

Erhalt oder Verbesserung des Ernährungszustandes

## **Laktosearme oder laktosefreie Kost**

### Indikation

Primäre Laktoseintoleranz bei angeborenem oder erworbenem Laktosemangel.

Sekundäre Laktoseintoleranz als Folge einer Dünndarmerkrankung, z.B. Zöliakie, Morbus Crohn, Colitis ulcerosa, Zustand nach Gastrektomie oder Magenresektion, Strahlentherapie, Chemotherapie.

### Prinzip

Laktosefreie Kost enthält maximal 1 g Laktose pro Tag

Beim Frühstück und Abendessen können die Patient:innen beim Buffet wählen.

Wurst und Käse in der BioMed Klinik sind laktosefrei.

Bei den „Extra´s“ sollte vor dem Verzehr nach den Inhaltsstoffen die Servicemitarbeiter:in gefragt werden.

Laktosefreie Produkte (Quark, Joghurt, ...) werden nach Bedarf besorgt.

Die Anpassung an das Mittagessen erfolgt in Absprache mit der Diätassistentin.

Durchschnittliche Nährwertrelation der Standardzusammensetzung:

Energie:	8400 kJ/2000 kcal
Eiweiß:	15 %
Kohlenhydrate:	55 %
Fett:	30 %
Laktose:	< 1 g

### Ziel

Erhalt oder Verbesserung des Ernährungszustandes

## **Kost bei Z.n. Gastrektomie, Darm-OP mit Ausschaltung von Darmschlingen, Kurzdarm-Syndrom, Magenhochzug, Billroth II Operation bzw. gestörter Pylorusfunktion.**

### Indikation

Beschwerden im Sinne eines Dumping-Syndroms

(eine sogenannte Sturzentleerung flüssiger und fester Nahrung vom Magen in den Dünndarm)

Allgemeine Schwäche, Schwindel mit Blutdruckabfall, Schweißausbrüche, Schmerzen im Oberbauch, Übelkeit und/oder explosionsartige Durchfälle können kurz nach dem Essen auftreten.

### Prinzip

- Basis ist die angepasste Vollkost
- 6-8 kleine Mahlzeiten mit eher fester Konsistenz
- Keine Flüssigkeit wie Suppe oder/und Getränke zu den Mahlzeiten
- Fruchtsäfte, Zucker und Zuckeraustauschstoffe meiden.
- Der Laktosegehalt sollte unter 20 g/d liegen.

### Ziel

Beschwerden im Sinne eines Dumping-Syndroms lindern

Optimierung der Nährstoffausnutzung

Laktosefreie Kost bei einer zusätzlichen Laktoseintoleranz

MCT-Fette bei einer Störung der Fettassimilation

Eine Einnahme quellfähiger Ballaststoffe (Johannisbrotkernmehl, Guarkernmehl) kann zu einer Verbesserung der Beschwerden führen.

## **Kost für Stoma-Täger**

### Indikation

Bei Patient:innen mit einem Stoma, bei denen zudem Leibscherzen, unregelmäßige Stühle, Durchfall und Blähungen auftreten

### Prinzip

Die Empfehlungen bei Patient:innen mit einem Stoma sind als Basis die angepasste Vollkost, und z.B.

- ballaststoffarm  $\leq 20\text{g/d}$
- faserreiche (z.B. Spargel, Rhabarber, Pilze) meiden oder als Püree verwenden
- geruchsbildende Lebensmittel (z.B. Fisch, Eier) meiden
- ausreichend trinken
- regelmäßige Mahlzeiten

Individuelle Unverträglichkeiten und die Anpassung an den Speiseplan sollten mit der Diätassistentin abgeklärt werden.

Eine spezielle Ernährungsberatung bei der Diätassistentin kann angefragt werden.

### Ziel

Beschwerden lindern, durch optimierte Zusammenstellung der Kost und Lebensmittel

Einen guten Ernährungszustand anstreben

Nährstoffverlust ausgleichen

Einem Verschluss vorbeugen (Keine faserreichen Lebensmittel)

Lebensqualität steigern

### **2.3.3 Sonderkostformen**

#### **Wunschkost**

##### Indikation

- Appetitverlust, Palliativ Patienten

##### Prinzip

Die Patient:in kann sich nach Absprache mit der Diätassistentin seine Lieblingsspeise wünschen.

Anmerkung: In schwierigen Fällen, insbesondere bei Kombinationen mit einer Diät, bitte dringend mit der Diätassistentin Rücksprache nehmen.

Ziel:

Bestmögliche Versorgung der Patienten

#### **Hochkalorische Kost**

##### Indikation

- Kachexie
- Starker Gewichtsverlust in kurzer Zeit

##### Prinzip

Zur Vollkost werden auf Nachfrage kalorienreiche Zwischenmahlzeiten, z.B. Shakes, Suppen, Puddings, etc. angeboten.

Durchschnittliche Nährstoffrelation der Standardzusammenstellung:

Energie:	12600 kJ/3000 kcal
Eiweiß:	15 %
Kohlenhydrate:	55 %
Fett:	30 %

Anmerkung: Werden entsprechend der Grundlage weitere diätetische Prinzipien notwendig, so müssen diese entsprechend angefordert werden.  
Eine Kombination mit Wunschkost ist jederzeit möglich.  
Dies erfolgt in Absprache mit der Diätassistentin.

## **Nebenwirkungen-Management**

Bei Nebenwirkungen nach Chemotherapie oder Bestrahlungen, wie z.B. Mukositis, Obstipation, Diarhoe oder Geschmacksveränderungen kann die Kost dementsprechend angepasst werden.

Dies erfolgt in Absprache mit der Diätassistentin.

Eine spezielle Ernährungsberatung bei der Diätassistentin kann angefragt werden.

## **Ganzkörperhyperthermie – „Fieberbett“**

Frühstück: wie gewohnt im Zimmer oder im Speisesaal

Während der Hyperthermie:

Wasser, Ingwerwasser, Zitronenwasser

Mittagessen:

Obstteller mit verschiedenen Sorten (z.B. Ananas, Melone, Trauben, Kiwi) - für den Flüssigkeits- und Mineralstoffausgleich.

Suppe und Salat kann zusätzlich bestellt werden.

Es ist auch möglich, wie gewohnt das Mittagessen anstatt dem Obstteller zu bekommen.

Dies bitte der Servicemitarbeiter:in am Tag vor der Ganzkörperhyperthermie mitteilen.

### **2.3.4 Krebs“diäten“**

Da die meisten Krebsdiäten nicht auf evidenzbasierenden Studien beruhen, werden diese Diäten in der BioMed Klinik nicht angeboten.

Auf die Wünsche der Patient:innen, die eine dieser Krebs“diäten“ schon praktizieren, wird aber im Rahmen der Möglichkeiten eingegangen.

Die Inhalte einiger dieser Krebs“diäten“ sind im Folgenden kurz aufgeführt.

#### **Ketogene Diät / Low Carb / Coy Diät**

##### Prinzip:

Weitgehender Verzicht auf Kohlenhydrate (z.B. Brot, Kartoffeln, Reis, Nudeln, etc.), Zucker und zuckerhaltige Speisen.

Beim Frühstück und Abendessen kann auf den Standard zurückgegriffen werden. Extra Brot (low carb, Eiweißbrot ...) wird nicht angeboten.

Beim Mittagessen ist es möglich, die Beilagen im Hauptgericht zu streichen und den Gemüseanteil zu erhöhen. Evtl. 2 Salate zu wählen.

Der Nachtisch ist mit Zucker zubereitet.

Als Alternative stehen Obst, Naturjoghurt oder Naturquark bereit.

Die Anpassung an den Speiseplan erfolgt in Absprache mit der Diätassistentin.

#### **Budwig Diät**

##### Prinzip:

Die Budwig Ernährung ist eine leichte, vegetarische Ernährungsweise. Sie steht für Nahrung in ihrer ursprünglichen Form mit hohen Anteilen an Gemüse und Obst – als frisch gepresste Säfte, Rohkost und gedünstet – mit Vollkornprodukten und Hülsenfrüchten – am besten alles aus ökologischer Landwirtschaft und dem saisonalen Kalender entsprechend.

Charakteristisch für diese Ernährungsweise ist, den mehrfach ungesättigten Fettsäuren, insbesondere den Omega-3-Fettsäuren, aus kaltgepressten, naturbelassenen Pflanzenölen, einen hohen Stellenwert in der täglichen Ernährung einzuräumen.

Die Biomed Klinik unterstützt diese Form der Ernährung

beim Frühstück mit:

- Leinöl
- Leinsamen
- Nüsse
- Speisequark
- Frisches Obst und Gemüse

Der Gemüse-/Obstlieferant der Klinik bezieht seine Ware teils saisonal und regional, teils marktbedingt.

Die Anpassung an den Speiseplan erfolgt in Absprache mit der Diätassistentin.