



HANDREICHUNG

Essbiografische Fragen zur Begleitung in der palliativen Lebensphase

So früh wie möglich und besser spät als nie!

*„Als mir der frisch gemixte Erdbeershake
gebracht wurde, stieg mir der Duft
von frischen Erdbeeren in die Nase.*

*Plötzlich tauchten die Bilder wieder auf,
wie ich als Kind mit meiner Mutter im Erdbeerfeld stand.
Ein Gefühl von Geborgenheit und Ruhe.“*

Die Essbiografie eines Menschen spiegelt seine individuelle Lebensgeschichte wider. In unserem Gedächtnis sind Erlebnisse gespeichert, die angenehme Gefühle und wohltuende Erinnerungen hervorrufen. Diese Erinnerungen können gezielt zur Steigerung des Wohlbefindens in der letzten Lebensphase genutzt werden.

Essbiografische Befragungen bieten die Chance, das Speisenangebot, die Gestaltung der Mahlzeiten sowie Mundsorge und Pflege entsprechend individuell anzupassen. Genuss-erlebnisse mit „geliebten“ Lebensmitteln und ihren Düften können auch noch in der Finalphase, wenn Sprache und Bewusstsein bereits stark eingeschränkt sind, wohltuend sein. Sie können eine beruhigende oder belebende Wirkung ausüben, manchmal sogar Schmerzen lindern.

Zitat einer Ernährungsfachkraft: „In der Praxis wird deutlich, wie viel mehr man über den Patienten, seine Wünsche, Bedürfnisse, weit über die Ernährung hinaus, erfährt und dies auch im gesamten Team besprechen und nutzen kann.“

Essbiografische Fragen können in allen palliativen Settings von haupt- und ehrenamtlichen Fachkräften sowie von An- und Zugehörigen auch als „Türöffner“ und zum Beziehungsaufbau eingesetzt werden. Ein einfühlsames Erfragen der Essbiografie in rund 20 Minuten bietet die Chance, mit lebensbegrenzend erkrankten oder hochbetagten Menschen in Kontakt zu kommen.

Die Erinnerung an frühere Erfahrungen mit Essen und Trinken kann aber auch unangenehme Gefühle auslösen. Das darf sein. Die interviewende Person braucht deshalb eine einfühlsame Haltung. Bei weiterem vertiefenden Gesprächsbedarf sollten Unterstützungsangebote bekannt sein. Hilfreich kann es sein, wenn sich die interviewende Person im Vorfeld mit der eigenen Essbiografie auseinandergesetzt hat.

SETTINGS

Palliativstation, Hospiz, stationäre und ambulante Altenpflegeeinrichtung, betreutes Wohnen, zu Hause mit Betreuung durch SAPV oder ambulante Hospiz- und Pflegedienste

ANWENDUNG

Im Rahmen von Aufnahmegesprächen in allen palliativen Lebensphasen und Settings sowie im Rahmen von Advance Care Planning, Patientenverfügung oder Vorsorgevollmacht

NUTZEN FÜR DIE BETROFFENEN

Förderung von Wohlbefinden, Autonomie und Selbstwirksamkeit

NUTZEN FÜR EINRICHTUNGEN, BETREUENDE, AN- UND ZUGEHÖRIGE

Niederschwellige Möglichkeit des Beziehungsaufbaus, Würdigung der Lebensgeschichte des Betroffenen, Steigerung der Handlungskompetenz der Betreuenden

Pflegekräfte, An- und Zugehörige sowie andere Betreuungspersonen erfahren, welche Bedeutung Essen und Trinken für die zu betreuende Person hat, z.B. Vorlieben und Abneigungen, gewohnte Essrituale, Portionsgrößen und Konsistenzen. Durch deren Berücksichtigung kann ein höheres Einverständnis beim Essen und Trinken, beim Anreichen der Nahrung und bei der Mundsorge erreicht werden. Abwehrreaktionen lassen sich besser vermeiden.

**Essen und Trinken
hält Leib und Seele zusammen.
Darüber sollten wir sprechen.**