

Tipp Juni 2013:

Diese Tipps verhindern die unerwünschte Gewichtsabnahme.

1. Tipp: Reichern Sie Getränke mit Kalorien an. Wenn Sie merken, dass Ihr Angehöriger Gewicht verliert, können Sie ihm **energiereiche Getränke** wie etwa Malzbier oder Sahneshakes anbieten. Das stillt nicht nur den Durst, sondern die Energiespeicher werden gleichzeitig mit aufgefüllt.

2. Tipp: Bieten Sie Fingerfood wahlweise süß oder herzhaft an. Viele Fachkräfte haben die Erfahrung gemacht, dass Demenzerkrankte häufig süßes Essen lieben, während sie Saures oder Bitteres ablehnen. Bieten Sie Ihrem Angehörigen daher Essen in **kleinen Portionen** an, das er im wahrsten Sinne des Wortes **im Vorbeigehen verzehren** kann.

3. Tipp: Zelebrieren Sie die Mahlzeit. Essen Sie gemeinsam mit Ihrem Angehörigen. Nehmen Sie sich dazu **Zeit** und sorgen Sie für eine angenehme Atmosphäre, etwa mit einem **ansprechend gedeckten Tisch**.

4. Tipp: Kochen Sie, was Ihr Angehöriger kennt. Kochen Sie nach alten Rezepten oder gemeinsam mit Ihrem Angehörigen. Fragen Sie ihn, was seine **Lieblingsspeisen** sind, und bieten Sie ihm diese auch an.

Quelle: Demenz: Pflege und Betreuung zuhause



Bildquellenangabe: planpunkt2 / pixelio.de