

## Themenheft der Zeitschrift pflegen: palliativ

### Ernährung bewusst gestalten



Unheilbar Erkrankte und Sterbende verringern in der letzten Lebensphase häufig ihre Nahrungsaufnahme oder verlieren das Interesse am Essen ganz. Dies kann durch körperliche oder geistige Einschränkungen verursacht, aber auch ein Zeichen für einen beginnenden Abschied sein. Für Angehörige wie Pflegende ist dies herausfordernd, denn sie müssen entscheiden, ob und wie die Ernährung des\*der Betroffenen weiter unterstützt werden soll.

Die Fachzeitschrift „Pflegen: palliativ“ widmet dem Thema Essen und Trinken in der letzten Lebensphase in ihrer dritten Ausgabe 2023 zum zweiten Mal nach 2013 ein Schwerpunktheft. In einer ausgewählten Sammlung von Beiträgen verschiedener Fachautor\*innen werden umfassend und fundiert alle wichtigen Aspekte des Themas Essen und Trinken in dieser besonderen Situation beleuchtet.

Ein zentrales Thema ist, welche Gründe dafür vorliegen können, dass Menschen nicht (mehr) essen. Neben körperlichen Gründen wie den Nebenwirkungen von Chemotherapie,

Schluckstörungen, Übelkeit können dies auch emotionale Gründe wie Scham (bei Verdauungsproblemen) oder Trauer oder die Folgen einer Demenzerkrankung sein. Beschrieben wird, auf welche Signale und Symptome für solche Erschwernisse der Nahrungsaufnahme Pflegende achten sollten und wie sie damit professionell umgehen.

Ein Beitrag beschäftigt sich mit der ethischen Abwägung darüber, wie ein\*e Patient\*in beim Essen und Trinken unterstützt werden kann bzw. wann seine\*ihre Ablehnung des Essens und damit der Beginn des Sterbeprozesses respektiert werden.

Weitere Themen sind u. a. die Herstellung von optisch ansehnlicher pürierter Kost, was beim Anreichen von Essen zu beachten ist, damit die Nahrungsaufnahme nicht zusätzlich beeinträchtigt wird, wie Pflegende mit Schluckstörungen umgehen, wann eine künstliche Ernährung, enteral oder parenteral, angezeigt ist und wann nicht (mehr), wie groß die Bedeutung einer professionellen und dabei empathischen Mundpflege bei Menschen im Sterbeprozess ist und wie Angehörige unterstützt werden können, die mit dem bevorstehenden Abschied des oder der Sterbenden nur schlecht umgehen können.

Die dem Heft beigelegte Broschüre „Kochen für Menschen in der Palliative Care“ stellt zusätzlich zwölf ausgewählte Rezepte für die letzte Lebensphase vor – vom einfach zu schluckenden Gemüsepuée über geschäumten Milchreis bis zum „Lieblingsgericht“ Kaiserschmarrn.

Fazit: Ein sehr wertvolles Heft, denn es liefert aus der Pflegeperspektive heraus umfassende, auch vielen Ernährungsfachkräften sicher neue und essenzielle Informationen für die Ernährungsbetreuung von unheilbar Erkrankten und Sterbenden bspw. in Pflegeheimen und Hospizen. Das Wohlbefinden des\*der Patient\*in steht dabei stets im Mittelpunkt.

„Wenn es uns gelingt, nur ab und zu die mit Essen und Trinken verbundenen angenehmen Gedanken Realität werden zu lassen, dann wird Palliative Care in seiner besten Form sichtbar und erfahrbar.“ (Elke Steudter, Herausgeberin, im Editorial)

Dr. Sabine Schmidt, Pohlheim

#### Ernährung bewusst gestalten

#### pflegen: palliativ. Für die professionelle Pflege unheilbar kranker und sterbender Menschen

Ausgabe 59/3. Quartal 2023

Friedrich Verlag, Hannover

48 S., 31,95 € (pdf; zuzügl. Versandkosten bei Printheft)

zu bestellen auf: → [www.friedrich-verlag.de/shop/pflegen-palliativ-nr-59-2023-1411059](http://www.friedrich-verlag.de/shop/pflegen-palliativ-nr-59-2023-1411059)

## Alte Sorten

# Neue Geschmackserlebnisse mit vergessenem Gemüse



Wie viele Gemüsesorten können Sie aus dem Stegreif nennen? Und auch in der Küche einsetzen? Nach der Lektüre dieses Buchs sind es sicher ein paar mehr. Und vielleicht werden Sie neugierig und erkunden neue Geschmackserlebnisse, lernen Laaer Rosa Lotte, Wiener Bronzekugel (beides Zwiebeln), Garbanzo Black Kabuli und Cece Nero (beides Kichererbsen) kennen und schätzen.

In 120 oft doppelseitigen vegetarischen und veganen Rezepten – lecker fotografiert von den „Fotofreunden

Neckarsulm“ – stellt Jaqueline Römmele bekannte und weniger bekannte Gemüse vor. Gegliedert nach den hauptsächlich verwendeten Pflanzenteilen (Blattgemüse, Fruchtgemüse, Knollen und Rüben usw.) sind im Buch herzhaft und süße

Speisen zusammengestellt. Eingestreut sind Basisinformationen zu den einzelnen Gemüsegruppen in Steckbriefform. Alte Sorten werden oft nur aufgezählt, nicht immer in ihren Unterschieden beschrieben.

Der Klappentext („unverzichtbar für den Anbau vergessener Sorten“, „lässt keine Fragen zu Anbau, Ernte und Zubereitung offen“) lässt mehr gärtnerische Tipps erwarten (insgesamt sind dies nur wenige Seiten + Saisonkalender), der Schwerpunkt des Buches liegt klar auf dem Rezeptteil. Das Buch macht aber auf jeden Fall Lust, alte Sorten neu zu entdecken.

*Dr. Udo Maid-Kohnert, Pohlheim*

Jaqueline Römmele

### **Alte Sorten**

### **Neue Geschmackserlebnisse mit vergessenem Gemüse**

320 S., [D] 45,00 €/ [A] 46,30 €/ [CH] 58,50 sFr

Christian Verlag GmbH, München 2023

ISBN: 978-3-95961-682-9

## Die Geschichte der Gewürze

Gewürze sind – mehr als den meisten bewusst ist – untrennbar mit der Entstehung des weltweiten Handels verknüpft. Viele Gewürze stammen aus Tausenden von Kilometern entfernten Regionen und fanden in der Geschichte erst nach und nach den Weg nach Europa. Wertvoll wurden sie neben der Würz- und der ihnen oft zugeschriebenen Heilkraft durch ihre Knappheit, denn die meisten mussten über Jahrhunderte auf langen und gefährlichen Reisen über Wasser und Land transportiert werden. Durch ihren hohen Wert spielten sie eine wichtige Rolle im globalen Handel schon in der Antike. Später wurde die Gier nach Gewinn durch Gewürzhandel zu einem Treiber des Kolonialismus mit seinen menschenverachtenden Vorgehensweisen, dabei entpuppten sie sich als finanzielles Rückgrat ganzer Imperien und trugen zur wirtschaftlichen Globalisierung bei.

Der norwegische Autor Thomas Reinertsen Berg erläutert in seinem 360 Seiten langen und mit historischen Zeichnungen bebilderten Buch ausführlich diese eindrucksvolle und dabei durchaus zwiespältige Geschichte der Gewürze am Beispiel von Ingwer, Zimt, Kardamom, Muskat, Nelken und Pfeffer. Dabei steigt er intensiv in Geschichte und Geschichten ihres Handels, der beteiligten Länder und Regionen und des Kolonialismus ein – dies immer anhand von detailliert recherchierten und erstaunlichen bis ernüchternden Erzählungen und Anekdoten zu einzelnen Produkten, Händlern oder Handelsrouten, z. B. dem Handel mit Pfeffer im antiken Rom, den Beobachtungen Marco Polos

oder der Entstehung der britischen East India Company.

Fazit: Ein bemerkenswertes, hoch informatives und in seinen vielen Anekdoten faszinierendes Buch, welches sich nicht nur als hervorragende Wissensquelle und anspruchsvolle Lektüre, sondern z. B. auch gut als Weihnachtsgeschenk für geschichtlich Interessierte eignet.

*Dr. Sabine Schmidt, Pohlheim*

Thomas Reinertsen Berg

### **Die Geschichte der Gewürze**

### **Genuss, Gier und Globalisierung**

360 S., 60 Abbildungen, Hardcover

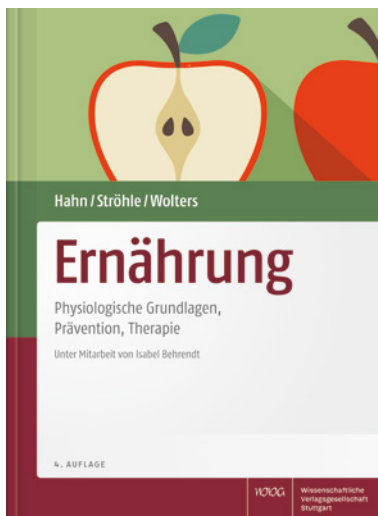
[CH] 42,00 sFr (UVP)/ [D] 38,00 €/ [A] 39,10 €

Haupt Verlag, Bern (CH) 2023

ISBN: 978-3-258-08357-5



## Ernährung – Physiologische Grundlagen, Prävention, Therapie



1214 Seiten, 406 Tabellen, 339 Abbildungen, 40 Einzelkapitel, 4 Hauptabschnitte: Das ist das harte Zahlenmaterial rund um das Standardwerk Ernährung, das nun in der 4. Auflage (2023) im großen Lehrbuchformat der Wissenschaftlichen Verlagsgesellschaft Stuttgart erschienen ist. Das vollständig überarbeitete und – im Vergleich zu seiner Vorgängerversion – um 25 % erweiterte Lehrbuch vereint die vier Hauptgebiete der Ernährungswissenschaft, nämlich Ernährungsphysiologie und funktionelle Biochemie

einerseits sowie Lebensmittelwissenschaft, Humanernährung und Ernährungsmedizin andererseits. In allen Kapiteln werden die komplexen und anspruchsvollen Themen der einzelnen Bereiche ausgezeichnet didaktisiert. Erreicht wird dies durch den präzisen Schreibstil des erfahrenen Autorentrios, durch die klaren Abbildungen und Tabellen sowie durch die Vielzahl an eingeflochtenen Infokästen. Am Ende eines jeden Kapitels findet sich zudem ein umfangreiches Literaturverzeichnis mit Übersichtsartikeln und sorgfältig ausgewählten Originalarbeiten, sodass eine weiterführende Literaturrecherche bspw. für Studien- und Lehrzwecke ermöglicht wird.

Das gesamte Buch ist so konzipiert, dass es sowohl als Lehrbuch für Studierende sowie als Nachschlage- und Referenzwerk für Ernährungsfachkräfte hervorragend geeignet ist. Auch mit Ernährungsfragen befasste Berufsgruppen aus dem naturwissenschaftlichen und wissenschaftsjournalistischen Umfeld werden es mit Gewinn nutzen können. Außerdem werden alle Leser\*innen von dem Einführungskapitel zur Ernährungswissenschaft profitieren, das es in dieser Form so nicht geben dürfte. Dort werden die Fragen und Arbeitsgebiete der Disziplin konzeptionell beschrieben und eingeordnet, z. B. die Ausführungen zu Kausalität und Evidenz.

Der erste Abschnitt – Ernährungsphysiologie – behandelt die Themenbereiche Bioenergetik, Makro- und Mikronährstoffe, Ballaststoffe, Wasser, sekundäre Pflanzeninhaltsstoffe inklusive Antioxidanzien und Alkohol. Hervorzuheben ist hier die systematische Betrachtung: Alle Nahrungsbestandteile werden bezüglich ihrer Wirkungen auf den Organismus (Nutridynamik) und bezüglich der Prozesse, die Lebensmittelinhaltsstoffe im Organismus durchlaufen (Nutrikinetik), dargestellt. In diesen Abschnitten wird das Steckenpferd der wissenschaftlich versierten Autor\*innen, die funktionelle Biochemie, besonders deutlich: Die biochemischen Grundlagen werden ernährungsphysiologisch kontextualisiert, sodass die vielfältigen Wirkungen der Nahrungsbestandteile nicht als bloßes Daten- und Faktenmeer nebeneinanderstehen, sondern mit Hilfe der Biochemie „ableitbar“ und erklärbar sind. Diese strukturell-didaktische

Vorgehensweise ist für das gesamte Buch charakteristisch – ein Plus, von dem insbesondere Studierende profitieren dürften. Im zweiten Abschnitt – Lebensmittelwissenschaft – werden die wichtigsten Lebensmittelgruppen („klassische“ Lebensmittel pflanzlichen und tierischen Ursprungs, Nahrungsergänzungsmittel etc.) beschrieben und ernährungsphysiologisch bewertet. Eine Spezialität dieses Abschnitts ist das Lebensmittelrecht, welches gut verständlich und anwendungsorientiert erläutert wird. Zu begrüßen ist, dass die Autor\*innen zeitgemäße Themen wie Nachhaltigkeit, Nahrungsergänzungsmittel, funktionelle Lebensmittel, Fleischersatzprodukte oder „Superfood“ aufgenommen haben.

Die Humanernährung wird im dritten Abschnitt thematisiert. Hier ist es den Autor\*innen gelungen, das breite Themenspektrum der angewandten Humanernährung wie Nährstoffbedarf, Ernährungsstatus und Ernährung ausgewählter Personengruppen (z. B. Stillende, Senior\*innen, Sportler\*innen) soweit einzugrenzen, dass die Prinzipien dieses Fachgebietes deutlich werden. Im Kapitel „Regulation der Nahrungsaufnahme“ wird u. a. deutlich, wie stark die Autor\*innen das Buch überarbeitet haben. Sie haben dort zentrale und periphere Regulationsmechanismen integriert, die erst kürzlich durch die Molekularbiologie aufgeklärt wurden. Ein weiteres umfangreiches Kapitel über alternative Ernährungsformen und Vegetarismus sowie Abschnitte zur enteralen und parenteralen Ernährung, Interaktionen zwischen Arzneimitteln und der Ernährung sowie Ernährung und Immunsystem rundet den 3. Teil zur Humanernährung ab.

Im vierten und letzten Abschnitt stehen die ernährungsassoziierten Erkrankungen (z. B. Diabetes, Adipositas, Hyperurikämie und Gicht, Tumorerkrankungen, Osteoporose, rheumatoide Arthritis und Osteoporose sowie Krankheiten der Niere, der Zähne und eine Reihe von gastrointestinalen Erkrankungen) im Fokus. Alle Erkrankungen werden bezüglich ihrer Ätiologie und Pathophysiologie, Epidemiologie, Prävention und Therapie behandelt, unter Berücksichtigung ernährungsmedizinischer Leitlinien und der aktuellen wissenschaftlichen Evidenzlage.

Fazit: Das Lehrbuch, Nachschlagewerk und Referenzwerk Ernährung bietet ein breites und zugleich tiefes wissenschaftliches Fundament über alle relevanten Gebiete der Ernährungswissenschaft. Es ist für Studierende der Ernährungswissenschaft und verwandter Disziplinen wie Pharmazie, Lebensmittelchemie und Biomedizin sowie für alle Berufsgruppen mit Ernährungsbezug uneingeschränkt zu empfehlen: „Mehr braucht es nicht“.

Prof. Dr. Frank Döring, Universität Kiel

Andreas Hahn, Alexander Ströhle, Maïke Wolters

**Ernährung – Physiologische Grundlagen, Prävention, Therapie**

unter Mitarbeit von Isabel Behrendt

1214 S., 98,00 € Subskriptionspreis bis 30.11.2023, Preis ab 01.12.2023: 118,00 €

Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft Stuttgart, 4. Aufl. 2023

ISBN: 978-3-8047-4465-3