

# Vorwort

Mangelernährung des Älteren – über 70 Jahre – ist eine Volkskrankheit. Gebrechlichkeit (sog. Frailty), erhöhtes Sturzrisiko, verzögerte Wundheilung, erhöhtes Dekubitusrisiko und erhöhte Mortalität sind die Folgen.

Dabei ist das Auftreten mittelschwerer und schwerer Mangelernährung in deutlichem Maße abhängig vom Alter der Patienten und deren Grad an Selbständigkeit. Die Prävalenz der Mangelernährung liegt bei zu Hause lebenden Älteren zwischen 5 und 10 %, bei älteren pflegebedürftigen oder geriatrischen Patienten im Krankenhaus bei bis zu 60 %. Das macht deutlich, dass sich Mangelernährung und verminderte Selbständigkeit im Alter gegenseitig bedingen. Die Bedeutung einer Mangel- oder Unterernährung für Lebensqualität und Lebenserwartung des älteren Menschen wird vielfach unterschätzt und somit zu wenig beachtet. Dabei kann die Ernährung durch recht einfache diagnostische und therapeutische Schritte optimiert werden.



*Florian Weber*



*Clemens Grupp*

Dieser Band möchte Ihnen praxisnahe, direkt umsetzbare Vorschläge für die tägliche ambulante Praxis und den klinischen Alltag bieten. Tipps und Beispiele sollen helfen, wesentliche Aspekte hervorzuheben und zusammenzufassen, um aktuelles medizinisches Wissen direkt umsetzen zu können. Dabei können wir, wie überall in der Medizin, nur allgemeine Ratschläge geben. Lösungsvorschläge der Fallbeispiele finden Sie im

Anhang ab Seite 59.

Die beiden Anamnesebögen zur Bestimmung des Ernährungszustandes älterer Menschen (Mini Nutritional Assessment, MNA) von Seite 9 und Seite 48 ff. finden sich in elektronischer Version zum Ausdruck für die tägliche Praxis unter <http://www.kirchheim-shop.de/aerzte/ALLGEMEINMEDIZIN/Buecher/Ernaehrungsstoerungen.html>.

*Dr. Florian Weber, PD Dr. Clemens Grupp*