

Ungeplanter Gewichtsverlust

Informationen für Bewohner,
Familien und Bewohner



Ein ungeplanter Gewichtsverlust liegt vor, wenn Sie Gewicht verlieren, obwohl Sie es nicht versuchen.

Das kann zu Schwäche und Müdigkeit führen und ernste Gesundheitsprobleme zur Folge haben.

Ungeplanter Gewichtsverlust kann zu höherer Anfälligkeit für Infektionen, Druckwunden, Verwirrtheit führen und Sie schneller ins Krankenhaus bringen.

Manchmal lässt sich ein Gewichtsverlust aufgrund schwerer Krankheiten nicht vermeiden, aber viele Menschen können etwas dagegen tun.

Anzeichen für einen drohenden Gewichtsverlust

- Sie haben Probleme beim Schlucken.
- Mund oder Zähne schmerzen.
- Sie haben keinen Appetit mehr.
- Geschmack und Geruch ändern sich.
- Sie leiden unter Übelkeit, Erbrechen oder Durchfall.
- Sie haben keine Freude am Essen.
- Sie fühlen sich deprimiert.
- Sie haben Bauchschmerzen, die Sie vom Essen abhalten.

Wie man ungeplanten Gewichtsverlust verhindert

- Teilen Sie dem Personal mit, welche Speisen Sie mögen und wann Sie essen möchten.
- Essen Sie gemeinsam mit anderen Menschen. Laden Sie Ihre Familie und Freunde ein, mit Ihnen zu essen.
- Falls Sie während der Mahlzeiten Besuch empfangen, vergewissern Sie sich, dass Sie trotzdem essen.
- Teilen Sie es dem Personal mit, wenn Sie beim Essen Schwierigkeiten haben, damit es Ihnen helfen kann.
- Wenn Sie Schluckbeschwerden haben, sollten Sie vielleicht einen Sprachpathologen aufsuchen.
- Sie können lernen, wie man leichter und sicherer isst und trinkt.
- Ein Ernährungsberater kann Ihnen sagen, welche Ihrer bevorzugten Speisen Sie gesund halten.
- Lassen Sie Ihre Medikamente prüfen, da diese manchmal zu Appetit- oder Gewichtsverlust führen können.
- Suchen Sie einen Zahnarzt auf, wenn Mund oder Zähne wund sind.

Zusammenarbeit

Sie und Ihre Familie sind wichtige Mitglieder des Pflorgeteams. Sie wissen selbst, was für Sie normal ist.

Teilen Sie es dem Pflegepersonal mit, wenn Sie Veränderungen bemerken oder sich unwohl fühlen. Teilen Sie es ihm mit, falls Sie Ihren Appetit verloren haben oder glauben, an Gewicht zu verlieren und Ihre Kleidung zu groß wird. Warten Sie nicht ab, ob es wieder besser wird – es ist immer besser, sich frühzeitig Hilfe zu holen.

Die Zusammenarbeit mit dem Pflegepersonal hält Sie gesund und dem Krankenhaus fern. Sprechen Sie mit dem Personal und stellen Sie Fragen. Es braucht Ihre Hilfe, um Ihnen die beste Pflege geben zu können.

Fragen an das Pflegepersonal

- Beeinflussen meine Medikamente meinen Appetit?
- Sollte ich einen Ernährungsberater oder Sprachpathologen aufsuchen?
- Wie viel Gewicht habe ich verloren?



Disclaimer: Diese Gesundheitsinformationen dienen lediglich allgemeinen Zwecken. Bitte wenden Sie sich an Ihren Arzt oder einen anderen Sachverständigen, um sicherzustellen, dass diese Informationen für Sie die richtigen sind.

Um diese Publikation in einem zugänglichen Format zu erhalten, senden Sie eine E-Mail an acqiu@dhhs.vic.gov.au

Autorisiert und veröffentlicht von: Victorian Government, 1 Treasury Place, Melbourne.

© State of Victoria, Department of Health and Human Services, Februar 2016. ISBN 978-0-7311-6809-5
Verfügbar über <https://www2.health.vic.gov.au/ageing-and-aged-care/residential-aged-care/safety-and-quality/participating-with-consumers>