

IN A NUTSHELL

Die Wissensplattform für Hausärztinnen und Hausärzte

Ernährungsziel

Adaptiert nach: <https://clinicalnutrition.science/de/>

Mit einer optimalen Ernährung soll eine Verschlechterung der geistigen und körperlichen Funktionen sowie Krankheits- oder Behandlungskomplikationen verhindert und die Rekonvaleszenz verkürzt werden. Zur Erkennung einer Mangelernährung ist das «Nutritional Risk Screening» (NRS) geeignet. Mit folgendem Rechner lässt sich der individuelle Energie- und Proteinbedarf ausrechnen. Die verwendeten Formeln wurden in der EFFORT-Studie geprüft.[1]

Alter

Jahre

Geschlecht

Männlich Weiblich

Körpergewicht

kg ?

Körpergröße

cm ?

Aktivitätsfaktor

mobil, häufige Mobilisierung (1.4) teilmobil, gelegentliche Mobilisierung (1.3) immobil, bettlägerig (1.2)

Krankheitsfaktor

Situation **Faktor**

Wahl-OP 1.0 - 1.1

Sepsis 1.0 - 1.4

Hyperthyreose 1.1 - 2.0

Malabsorption 1.2 - 1.5

Malnutrition 1.3

Verbrennungen 1.4 - 1.5

Polytrauma 1.4 - 2.0

Weitere Faktoren

Fieber +0.1 bis +0.2 pro °C

> 75-jährig -0.1

Beatmung -0.1 bis -0.2

Schwere Niereninsuffizienz ohne Dialyse

eGFR < 30 ml/min

Nein Ja

Tägliches Ernährungsziel

Grundumsatz

Energiebedarf

Proteinbedarf

Referenzen

1. Schuetz P, Fehr R, Baechli V et al. Individualised nutritional support in medical inpatients at nutritional risk: a randomised clinical trial. Lancet 2019; 393: 2312-2321
2. Harris JA, Benedict FG. A Biometric Study of Human Basal Metabolism. Proc Natl Acad Sci U S A 1918; 4: 370-373