

Wenn man nicht mehr weiss, was man is(st)

Esskultur

Essen verstehe ich primär als Beziehungsangebot, als etwas, das spricht. In meiner Tätigkeit als Heimkoch habe ich meine Aufgabe immer mehr als Gastgeber verstanden. Die Heimbewohner sind nicht einfach als Konsumenten zu betrachten, sondern als Menschen, denen ich etwas bieten möchte. Der Tessiner Koch Angelo Conti Rossini sagte einmal: „Es gibt drei Dinge, die man zum Kochen braucht: *„L'amore, l'amore e l'amore*. Liebe zu sich, Liebe zu den Nahrungsmitteln, Liebe zu den Gästen.“ Diesen Grundsatz habe ich mir seither zur Maxime gemacht.

„Liebe zu sich selbst“ ist die Voraussetzung dafür, sich wertzuschätzen und den Beruf zu mögen, und auf diesem fruchtbaren Boden wächst und erblüht die Kreativität. Kreativität in der Küche ist nicht nur in der Gastronomie sondern auch im Heim unentgeltlich. Der Heimkoch kocht während 365 Tagen im Jahr für immer dieselben Stammgäste. Diese Gäste kommen nicht zum Essen, weil sie, wie ein Restaurantbesucher, das Vergnügen suchen.

Ernährung von demenziell veränderten Menschen - Von Fingerfood über Essen als basale Stimulation bis zu Smoothfood

Im Bereich von schwerst pflegebedürftigen oder demenzkranken Menschen befindet sich die Diskussion um das Thema Esskultur noch im Embryonalstadium. Nach wie vor werden Tagesresten aufgewärmt, lieblos gewürfelt und püriert und stundenlang warm gehalten. Die so zubereiteten Kostformen werden den sogenannten „Pflegefällen“, die als Gäste oder Kunden kaum wahrgenommen werden, gewissenlos vorgesetzt. Dabei spielt gerade für solche Menschen die richtige Ernährung eine Schlüsselrolle bei Erhaltung ihrer kognitiven und physischen Funktionen. Doch gerade für dieses Kleintel gibt es bisher kaum praktikable Lösungen, welche sowohl die ernährungsphysiologische, als auch die soziale Aspekte berücksichtigen.

Die basale Stimulation versteht sich als ein Konzept, die positiven Möglichkeiten eines Patienten zu fördern und nicht seine Defekte, Defizite und Ausfälle aufzuzeigen. Insofern ist die basale Stimulation keine Behandlung, sondern der qualifizierte Versuch, sich der Lebenssituation des Patienten anzupassen und ihm für seine individuelle und aktuelle Lebenssituation geeignete Wahrnehmungs-, Bewegungs- und Kommunikationsangebote zu machen. Die Nahrungszubereitung und Nahrungsaufnahme sollten in diesem Fall erstmals das Mittel sein, mit dem dementen Menschen via basale Stimulation zu kommunizieren und ihn zu stimulieren.

Essen als basale Stimulation

Die basale Stimulation in der Pflege versteht sich als ganzheitliches Konzept. Der Aspekt der Beziehung wird insbesondere durch eine qualifizierte Berührungskultur unterstützt. Eine Weiterentwicklung dieses Konzeptes „basale Stimulation“ ist demzufolge die Ernährung von Hochbetagten, teilweise dementen Menschen, indem man das Zubereiten des Essens mit einbezieht. Das Zubereiten des Essens wird eine Kommunikationsform.

Düfte senden Lockstoffe aus, die uns augenblicklich zu stimulieren vermögen. Bei Riechen eines guten Essens läuft uns ja bekanntlich „das Wasser im Munde zusammen“. Dieses Wissen wollten wir uns bei der Umsetzung von „Essen als basale Stimulation“ zu eigen machen. Als Hauptprojekt hat sich dabei das Kochen am Bett von demenzkranken Menschen mittels Stimulation durch Gerüche herauskristallisiert.

Als weitere Produkte der basalen Stimulation ergaben sich die Realisierungen von „Eat by Walking“ und „Fingerfood“, die im Gegensatz vom Kernprojekt an den Seh- und an den Tastsinn appellieren. Eat by walking richtet sich primär an Demente in einem frühen Stadium ihrer Krankheit, die nicht mehr ruhig am Tisch sitzen und essen können und statt dessen ruhelos umherwandern. Für sie wurden an verschiedenen Stationen, an welchen sie vorbeigehen, kleine Happen (beispielsweise in Form von Frucht- oder Gemüsestücken) plaziert, so dass sie sich unterwegs etwas davon nehmen konnten.

Fingerfood

In fortschreitendem Stadium der Demenz, kann der Betroffene Bewohner oft nicht mehr mit dem Besteck umgehen. Die motorischen Fähigkeiten werden eingeschränkt. Statt nun gleich zum „Füttern“ über zuschreiten wäre ein Versuch mit Fingerfood angebracht. Hier stellen sich ethische Fragen: Kann ich als Pflegende zulassen, dass der Bewohner mit der Hand isst? Können die Angehörige dazu stehen, dass ihr Vater oder Mutter auf einmal mit den Fingern isst und nicht mehr „anständig“ mit Messer und Gabel, oder fühlt sich gar der Betroffene selber unsittsam?

Fingerfood richtet sich an diejenigen Menschen, die ihre motorischen Fähigkeiten nicht mehr kontrollieren können und Mühe haben, mit dem Besteck umzugehen. Ihnen wird mit Fingerfood die Möglichkeit geboten, mit den Fingern zu essen, statt sich das Essen reichen zu lassen. Die Patienten treten dadurch aus der passiven Rolle des Sich-Füttern-Lassens heraus und beteiligen sich wieder aktiv an der Nahrungsaufnahme. Da sie mit den Fingern essen, wird zusätzlich der Tastsinn stimuliert. Wichtig ist beim Fingerfood, dass die Küche sich mit dieser Zubereitungsart von mundgerechten Stücken auseinandersetzt und an ihre Kreativität appelliert, statt den Patienten Fertigprodukte zu servieren. Wir konnten bei der Durchführung des Projekts die Erfahrung machen, dass der Phantasie beim Zubereiten solcher Speisen keine Grenzen gesetzt sind und dass die Fingerfoodküche mindestens so vielfältig ist wie die herkömmliche.

Smoothfood - fünf Sterne für die Heimküche©

Smoothfood wendet sich der Kochkunst des pürierten Essens zu und zeigt auf welche wunderbare Vielfalt es gibt auch den Menschen mit Kau- oder Schluckstörungen wertvolles, geschmeidiges Essen anzubieten. Bei dem Begriff Smoothfood handelt es sich um rohe oder gegarte, frische oder gefrorene, ernährungsphysiologisch hochwertige Lebens- und Nahrungsmittel, die durch schneiden, mixen, pürieren, passieren, pacosieren oder durch aufschäumen (iSi-Whip) in eine geschmeidige Konsistenz (Smoothfood) gebracht werden ohne ihre ernährungsphysiologische Hochwertigkeit einzubüßen. Die Smoothfood-Technik verbindet klassische Zubereitungsarten mit Anwendungen der Molekularküche.

Durch diese Zubereitungstechnik wird sowohl bei den Inhaltsstoffen, bei der Konsistenz als auch bei der Konzentration der Geschmacks- und Aromastoffe eine außergewöhnlich hohe Qualität erreicht, was besonders die Ernährung von Menschen mit einer Schluckstörung entschieden verbessert.

