



Wundheilung und Ernährung

Dokumentenhistory	Datum	Verantwortlich	Status	Vers.
	18.02.2014	Ernährungsberatung	Freigabe GL	1.0
	19.02.2015	Frau R. Diriwächter	Ueberprüfung	1.1
	27.08.2018	Frau R. Diriwächter	Ueberprüfung, neu RL (vorher klinisch-med. Empfehlung Nr. 181/1)	1.2
Anlaufstelle	rahel.diriwaechter@ksa.ch			
Dokumentname / Ablage	Wundheilung und Ernährung / Intranet / Betriebsnormen, Empfehlungen, Dokumente, klinisch-med. Empfehlungen, Ernährungsberatung			
Dokumententyp	Richtlinie			
Klassifizierung	Öffentlich			

Inhaltsverzeichnis

1	Einleitung.....	1
2	Ernährungszustand / ausreichende Energieaufnahme.....	1
3	Eiweissaufnahme	2
4	Flüssigkeitsaufnahme.....	2
5	Blutzuckereinstellung	2
6	Ausreichende Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen	2
7	Weiterführende Supplementation.....	2
8	Therapie-Algorithmus	3
9	Ergänzende Dokumente	3

1 Einleitung

Der Ernährungszustand von Patientinnen und Patienten trägt zu einem grossen Teil zur Wundheilung bei. Um den Wundheilungsprozess positiv zu beeinflussen und schlussendlich auch die Hospitalisationsdauer von Patientinnen und Patienten mit Wunden zu verkürzen, sollten folgende Faktoren beachtet werden:

- guter Ernährungszustand / ausreichende Energiezufuhr
- ausreichende Eiweisszufuhr
- ausreichende Flüssigkeitszufuhr
- gute Blutzuckereinstellung
- ausreichende Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen
- evtl. weiterführende Supplementation von Arginin und Glutamin durch ein Spezialpräparat

Die vorliegende Richtlinie bezieht sich ausschliesslich auf die Betreuung von stationären Patienten. Ambulante Wundpatientinnen und Wundpatienten mit einer Mangelernährung können der Ernährungsberatung für eine ambulante Betreuung mit der entsprechenden [Verordnung](#) überwiesen werden.

2 Ernährungszustand / ausreichende Energieaufnahme

Für die anabolen Vorgänge der Wundheilung (z.B. die Kollagensynthese) ist eine ausreichende Energieaufnahme unerlässlich. Eine Mangelernährung muss verhindert, respektive eine bestehende Mangelernährung therapiert werden. Zur Erfassung der Mangelernährung dient der [NRS](#). Ab 4 Punkten wird die Ernährungsberatung involviert. Diese berechnet den Energiebedarf des Patienten, der Wundheilung und Ernährung, 27.08.2018 ->, zur Überprüfung an Frau Diriwächter geschickt am 08.05.2023



Patientin, schätzt die Energiezufuhr ein (z.B. mit Hilfe eines Essprotokolls) und legt geeignete Interventionen fest, sei das durch die Anpassung der Kostform, Portionsgrösse oder den Einsatz von Zwischenmahlzeiten und Trinknahrungen.

3 Eiweissaufnahme

Für einen gesunden erwachsenen Menschen liegt der Eiweissbedarf bei 0.8 g pro kg Körpergewicht. Ein Patient, eine Patientin mit Wundheilungsstörung hat einen wesentlich höheren Bedarf, es wird eine Zufuhr von 1.2 – 2.0 g pro kg Körpergewicht empfohlen. Wenn dieser Bedarf nicht durch einen entsprechend hohen Konsum von eiweissreichen Lebensmitteln wie Fleisch, Fisch, Eier oder Milchprodukten gedeckt werden kann, bietet sich zusätzlich der Einsatz von eiweissreichen Trinknahrungen oder Proteinpulver an.

4 Flüssigkeitsaufnahme

Eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr ist bezüglich der Lösung und des Transports der benötigten Nährstoffe für eine optimale Wundheilung relevant. Wenn die adäquate Flüssigkeitszufuhr oral oder enteral nicht möglich ist, muss das Defizit durch parenterale Flüssigkeitsgabe behoben werden.

5 Blutzuckereinstellung

Hyperglykämien sollten vermieden und eine optimale Blutzuckereinstellung angestrebt werden (Schema Diabetes auf Medizin & Chirurgie siehe [Pocketguide](#)). Allenfalls kann dazu ein endokrinologisches Konsil angemeldet werden.

6 Ausreichende Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen

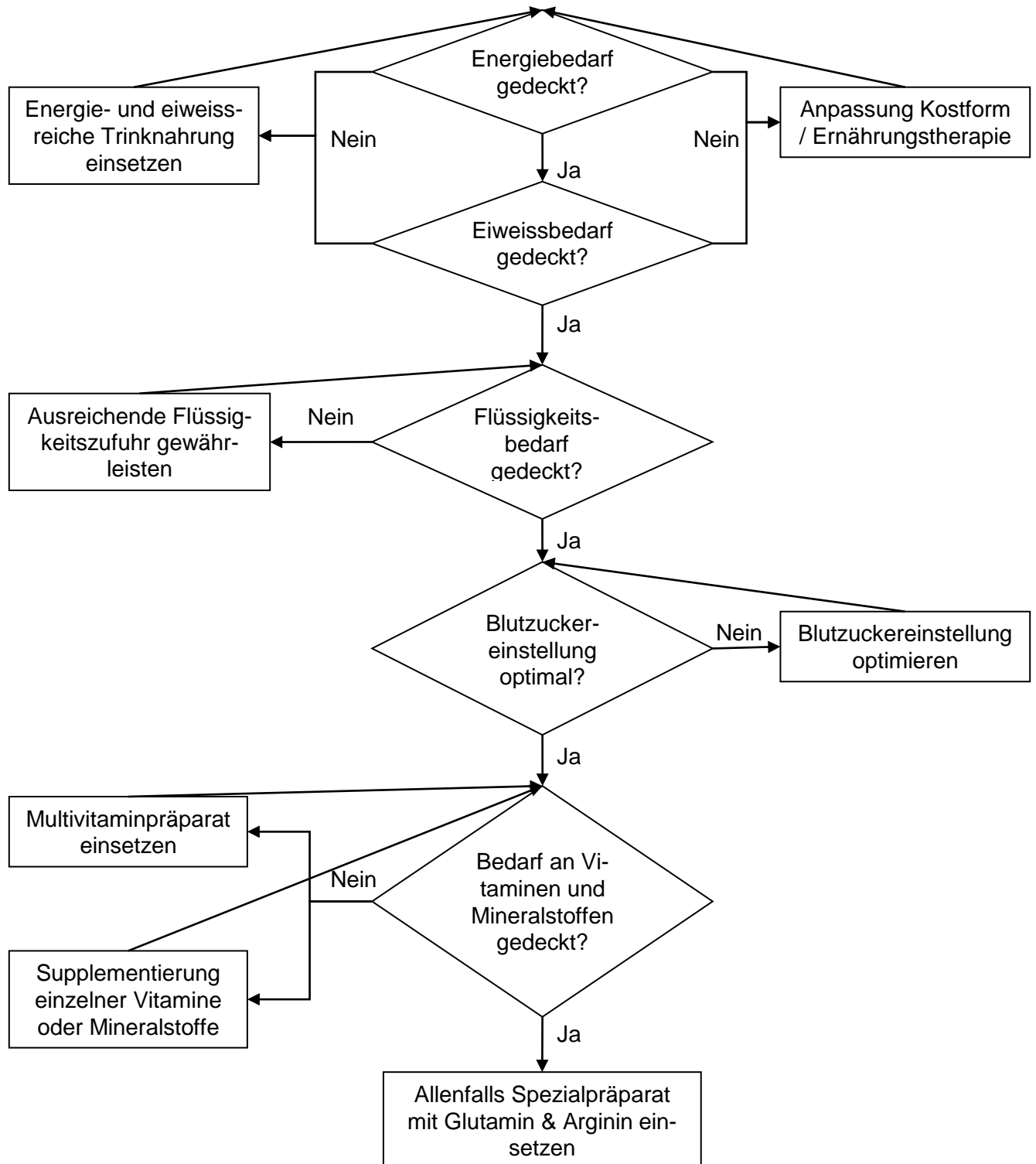
Diverse Vitamine und Mineralstoffe (z.B. Vitamin C und Zink) sind aufgrund ihrer physiologischen Wirkung in besonderem Masse wichtig für die Wundheilung. Bei einer bestehenden Mangelernährung muss auch von einem Mangel an Vitaminen und Mineralstoffen ausgegangen werden, weshalb generell ein Multivitaminpräparat indiziert ist.

Bei Verdacht auf einen Mangel an spezifischen Vitaminen und Mineralstoffen kann auch eine gezielte Supplementation mit einem Mono-Präparat erfolgen.

7 Weiterführende Supplementation

Die beiden Aminosäuren Arginin und Glutamin scheinen die Wundheilung positiv zu beeinflussen, wenn sie in entsprechenden Dosen supplementiert werden. Der Einsatz eines Spezialpräparates, das eine Kombination dieser beiden Stoffe enthält, kann daher bei adäquat ernährten Patienten und Patientinnen mit einer Wundheilungsstörung Sinn machen.

8 Therapie-Algorithmus



9 Ergänzende Dokumente

[Beratungsunterlagen für Patienten mit chronischen Wunden](#)