



Gibt es noch eine Pankreasschonkost?

Carmen Aggeler

Dipl. Ernährungsberaterin HF

UniversitätsSpital Zürich



University Hospital
Zurich

Gibt es noch eine Pankreasschonkost?

- Jutta: Was darf ich bei einer Bauchspeicheldrüsenentzündung eigentlich essen?
- Klaus: Eigentlich alles was lecker ist, darfst du nicht mehr essen. Nur fettarm und gedünstet, am besten Haferschleimsuppe. Du Arme!
- Günter: Ja genau, dass ist eine „Pankreasschonkost“.



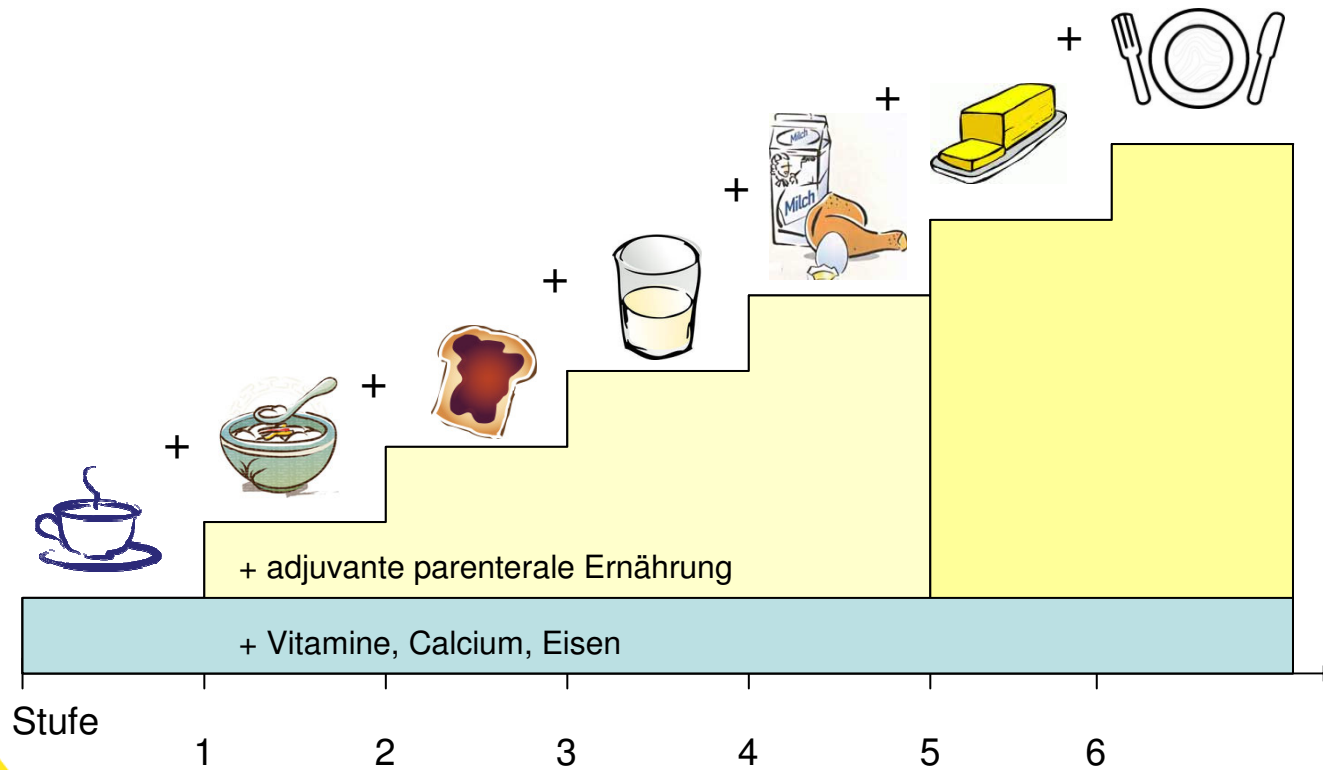
Übersicht

- Pankreasschonkost – früher
- „Pankreasschonkost“ – heute mittels Patientenbeispiel
- Pankreasschonkost – morgen?



Pankreasschonkost – früher

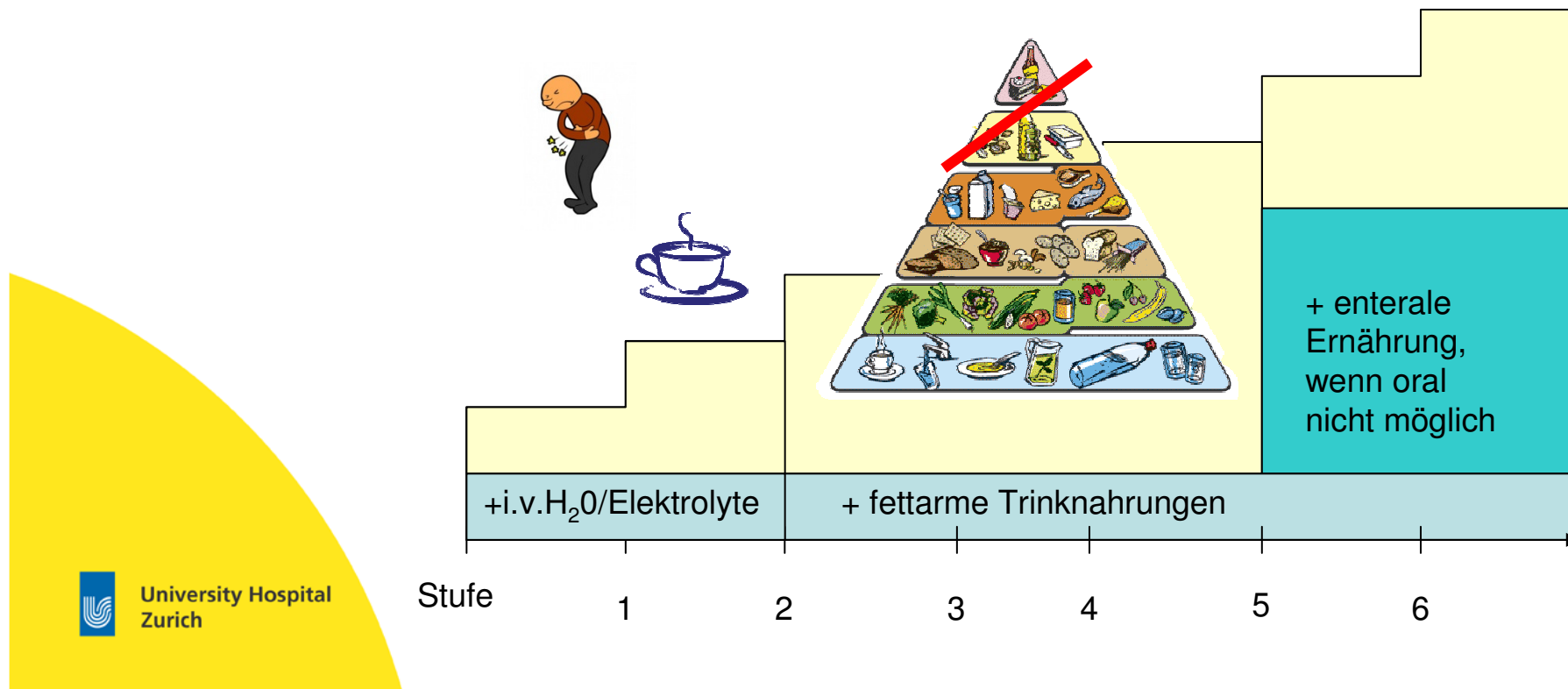
(standardisierter Kostaufbau bei milder, akuter Pankreatitis)



„Pankreasschonkost“ – heute

- Mild, acute pancreatitis:
 - normal food, low in fat (< 30% of total energy intake)
 - Within three to seven days ^{1,2)}
 - Enteral nutrition is unnecessary, if the patient can consume normal food after 5-7 days¹⁾

Praktische Durchführung „Pankreasschonkost“ – heute



„Pankreasschonkost“ – heute

Schwere, akute Pankreatitis:

- Frühe kontinuierliche, enterale Ernährung (binnen 48 Std.) verbessert den Verlauf (A)
- Eine jejunale enterale Ernährung wird empfohlen(A)
- Start orale Ernährung sobald als möglich
- Wenn enterale Ernährung nicht ausreicht, ergänzende parenterale Ernährung (C)

Patientenbeispiel

1. Beratung stationär:

67-jährig, männlich

Diagnose:

- Mittelschwere, akute Pankreatitis

Procedere Ernährung während Hospitalisation:

- Start orale Ernährung nach 2 Tagen mit kohlenhydratreicher, proteindeckender, fettreduzierter Kost inkl. Zwischenmahlzeiten und fettreduzierte Trinknahrungen
- Bedarfsdeckende orale Ernährung innerhalb von 5 Tagen
- Beratung bezüglich Ernährung bei neudiagnostizierter Laktoseintoleranz



Patientenbeispiel

2. Beratung : 3 Monate später

- Gewichtsverlust von 12 kg in 3 Monaten

Ernährungsumstellungen nach Recherchen im Internet:

- Fettreduziert, kein Gebrauch von Fett/Butter beim Kochen
- Meiden von Nahrungsmitteln mit mehr als 10g Fett/100 g
- Keine blähenden Nahrungsmittel
- Keine rohen Nahrungsmittel
- Keine Milchprodukte mehr, auch keine laktosefreie Produkte



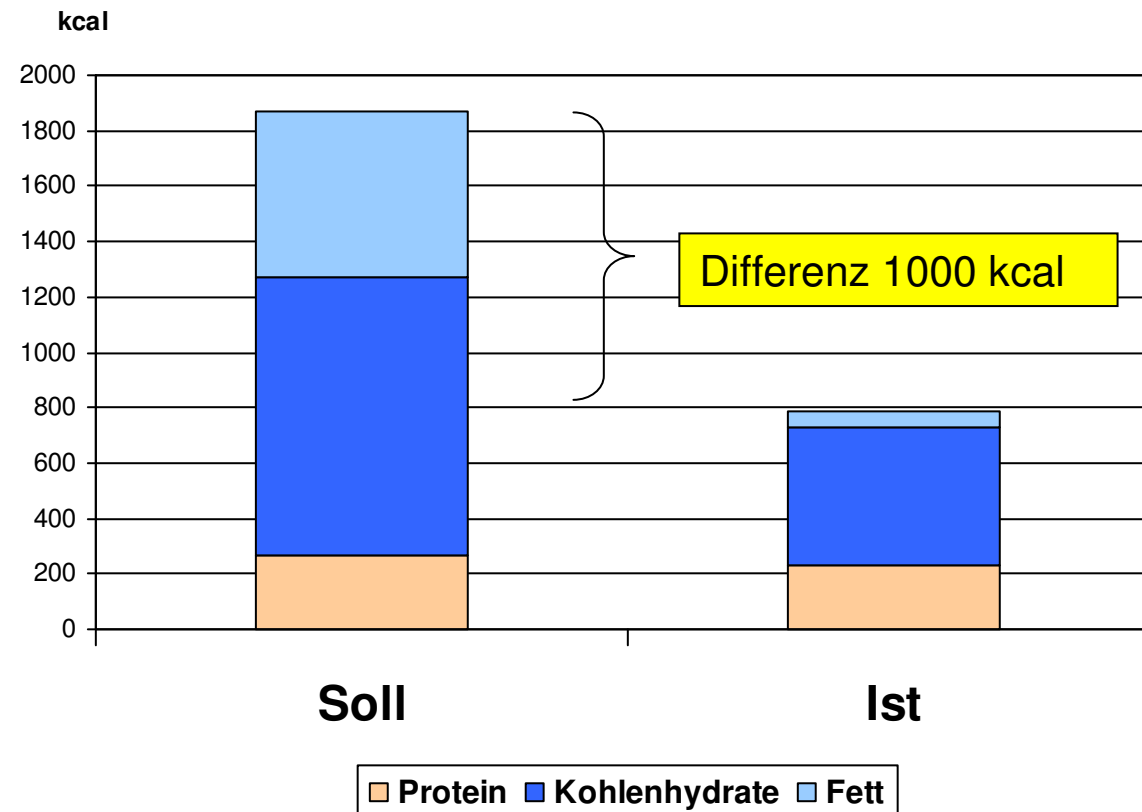
Patientenbeispiel – Essprotokoll

Frühstück:	80 g helles Brot 10 g Marmelade
Mittagessen:	100 g Poulet ohne Haut in Bouillon gekocht 160 g Salzkartoffeln 50 g Karotten gekocht
Abendessen:	150 g Fisch im Ofen 150 g Trockenreis (gekocht)
Getränke:	1,5 Liter Fencheltee, Kamillentee, Wasser



Patientenbeispiel – Auswertung Energiezufuhr

Soll-Ist-Vergleich Makronährstoffe



Fazit

- Mangelernährung kann Folge von Einschränkungen sein
- Bedarfsdeckende Ernährung wichtig
- Berücksichtigung individueller Unverträglichkeiten, Appetit und Schmerzen
- Keine „strenge Pankreasschonkost“ mehr indiziert



Pankreasschonkost – morgen?

- Einsatz von Probiotika, *Lactobacillus plantarum*?
- Einsatz von Glutamin?



Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit



University Hospital
Zurich