



MATERNUS

Herzlich Willkommen

**Post-Covid :  
Ernährung als unterstützende  
Therapieoption!**

# Die Idee zum Konzept: Post-Covid

## Voraussetzungen für die ernährungstherapeutische Rehabilitation

### Patienten

- mit leichtem bis mittelschwerem Verlauf, ohne vorherige Beatmung
- Mangelernährung, Fatigue, Geruchs- und Geschmacksverlust, neurologische (z. B. Critical Illness Polyneuropathie) und/oder kardiologische (z. B. Hypertonie, Myocarditis) Beeinträchtigungen

### Behandlungskonzept

- Individuelle Ernährungstherapie aufgrund der unterschiedlichen Symptome
- weitere Beteiligte: Physiotherapie, Sporttherapie, Logopädie, Psychotherapie, Ergotherapie, Sozialmedizin
- interdisziplinäre Fallbesprechungen und Monitoring

# Die Idee zum Konzept: Post-Covid

## Datenlage zur Konzeptentwicklung - Studie (Okt. 2020)

- Daten von 10.021 deutschen AOK-Versicherten
- Patienten mit Diagnose COVID-19 aus 920 deutsche Krankenhäuser
- Ergebnisse
  - Sterblichkeit im Krankenhaus betrug 22%
  - große Unterschiede zwischen Patienten ohne Beatmung (16%) und mit Beatmung (53%)
- NIV- nicht invasive Beatmung - ist außerhalb der Intensivstation möglich
  - Dr. Thomas Voshaar, „Moerser-Konzept“
  - Hubertus Rawert, Chefarzt Klinikum Bremen-Ost

<https://www.bethanien-moers.de/krankenhaus-bethanien-moers/covid19-info-kh>

# Post-Covid

## Leitlinie S2K

### Empfehlung zur stationären Therapie von COVID 19

„**Post-COVID-19 Syndrom**“ unabhängig von der Schwere der Erkrankung auch bei Patienten die nur leicht erkrankt waren und ambulant behandelt wurden:

1. Lungenveränderungen

2. 15%-genesener COVID-19 Patienten nach 11-53 Tagen in MRT Befunde, die auf eine Myocarditis hindeuten.

3. häufig Fatigue- Syndrom:  
allgemeines Krankheitsgefühl mit Mattigkeit, Antriebslosigkeit, schnelle Erschöpfung und mangelnde Belastbarkeit

4. neurokognitive Störungen:  
Vergesslichkeit und Konzentrationsstörungen

5. Störungen des Geruchs- und Geschmackssinn

(Stand 01.11.20)



MATERNUS

# Konzept neurologisch- interdisziplinäre Rehabilitation nach Covid-19-Infektion

MATERNUS-Klinik für Rehabilitation  
Bad Oeynhausen  
Gabriel Striewe, Chefarzt Neurologie  
Stand Februar 2021



MATERNUS

# Geruchstraining

## Geruchssinn:

Der Verlust des Geruchsinns bei einer SARS-CoV2-Infektion ist zwar nicht selten, er restituiert sich jedoch in den meisten Fällen wieder und das lässt sich zudem durch Übungen mit wenigen Duftnoten beschleunigen.

# Geruchstraining

Womit kann man ein Riechtraining machen?

Wichtig: stark riechende Substanzen verwenden



# Geruchstraining

kommerzielle Trainingskits oder Riechöle aus der Apotheke oder Drogerie sind zu empfehlen.





# Geruchstraining

## Wie soll man das Riechtraining durchführen?

- 4 verschiedene Riechproben regelmäßig schnüffeln
- Duftstoffe gelangen in die Nase und helfen Riechschleimhaut bei Regeneration
- wichtig: Riechtraining jeden Tag 2 x täglich durchführen
- pro Trainingseinheit (morgens u. abends)  
jeweils 2 Durchgänge der 4 Riechproben (20-30 Sekunden /Probe)
- mindestens 6 Monate lang das Riechtraining durchführen

## Womit sollte das Riechtraining nicht gemacht werden?

Essig, Pfeffer, alkoholhaltige Lösungen wie Parfüm, Putz- u. Waschmittel.

Diese Substanzen stimulieren die Riechnerven nicht, sie reizen die Schleimhäute.

# Geruchs- u. Geschmackstraining

## S1 Leitlinie Post-Covid/ Long-Covid

(Stand 12.07.2021 AWMF- Register Nr. 020/027)

- Komplexe Krankheitsbilder erfordern generalisierte **interdisziplinäre Herangehensweise** mit Blick auf den ganzen Menschen, sowie eine Kontinuität in der Versorgung.
  
- **40% aller Erkrankten** haben Geruchs-oder Geschmacksveränderung oder -verlust.
  
- Die **mittlere Dauer** in Post-Covid Einrichtungen beträgt 2,5 Monate.  
Nach 6 Monaten sind über 90% von dieser Störung geheilt.
  
- Geruchsstörungen können im Alltag gefährlich sein:
  - Lebensmittelvergiftungen
  - Fehl-u. Mangelernährung
- und reduzieren Wohlbefinden:
  - fehlende Wahrnehmung von Aromen und Gerüchen
  - wenig Freude und Genuss beim Essen

# Geschmackstraining

## Schluckstörungen

- durch Affektion vom Muskel- als auch Nervensystem bei Covid-Erkrankung mit neurologischer Beteiligung
- Gefahr von Erstickung und Aspiration mit möglicher Folge einer Lungenentzündung und Todesfolge

- Schluckstörungen müssen logopädisch behandelt werden
- Störung der Chemosensorik (Geruchs- und Geschmacksstörungen) hat tiefgreifende Folgen für die Nahrungsaufnahme der Patienten.
- Ernährungsberatung in Absprache mit der Logopädie

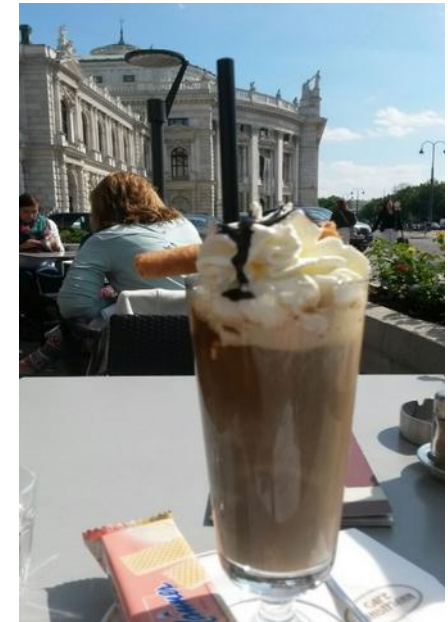


# Geschmackstraining

- unterschiedlich verträgliche Konsistenzen der Lebensmittel und Speisen sollten aufeinander abgestimmt sein



- Verlust des Geruchs- und Geschmackssinns verursacht
  - Essensverweigerung
  - rapider Gewichtsverlust
  - Mangelerscheinungen



# Geschmackstraining

## Ziel des Geschmackstrainings

- Genuss an Essen und Trinken wiedergewinnen
- Erhaltung der Lebensqualität
- Freude an Essen und Trinken



## Die Fragen

Wo war das Genusserlebnis?

Was verbinden Sie damit?

Wie hat das geschmeckt?

Wonach hat es gerochen?



# Geschmackstraining

- Wecken von Assoziationen mit Hilfe von Bildern (z.B. Urlaubsfotos von schönen Erinnerungen an Speisen und Getränken)
- gezielte Beschreibung
- Zubereitung von Speisen, kann die Bedeutung von Essen und Trinken verbessern
- Abteilung *Klinische Psychologie* einbeziehen





# Geschmackstraining



# Geschmackstraining

Auch eine Verbesserung der Lebensqualität des Patienten durch tägliche Motivation mit unterschiedlichsten Möglichkeiten stellen eine tägliche Herausforderung für alle beteiligten Professionen dar.





# Post-Covid

