

Anwendungshilfe

zum pdf-Programm „Evaluierung zum Ernährungsassessment“ von Visible Nutrition
Stand: 2007

Einleitung

Das pdf-Programm ist als Werkzeug für den Berater zu versehen. Es hat das Ziel, die Kundenbindung aufzubauen und einen Zweit- bzw. Drittbesuch zu generieren. Bei dieser Zusammenarbeit lernt der Kunde seine Lebens- und Ernährungssituation reflektieren und es können ggf. Defizite behoben werden.

Das pdf-Programm gibt Aufschlüsse über das/die

- Körpergewicht, Body Mass Index
- Energie- und Flüssigkeitsbedarf
- Verzehrsgewohnheit
- Vitamin-/ Mineralstoffaufnahme
- usw.

Die Bögen

Das pdf-Programm besteht aus vier Din-A 4 Seiten:

- | | |
|-----------------------------------|-----------------|
| 1 Seite – Evaluierung | → Ergebnisseite |
| 2 Seite – Screening | → Arbeitsblatt |
| 3 Seite – Energie und Flüssigkeit | → Arbeitsblatt |
| 4 Seite – Ernährungsprotokoll | → Arbeitsblatt |

Die erste Seite „Evaluierung“ fasst die Ergebnisse der Arbeitsblätter (2-4 Seite) zusammen. Die Ergebnisse der Arbeitsblätter werden automatisch auf sie übertragen wenn der Button – Berechnen – auf den einzelnen Seiten betätigt wird. Nur in das Feld Bemerkungen kann vom Berater, per Tastatur, etwas eingetragen werden.

Die Arbeitsblätter (Seite 2 und 4) sollen dem Kunden in ausgedruckter Form übergeben werden, damit er/sie diese selbstständig ausfüllen kann. Die 3 Seite ist für den Kunden eher verwirrend und sollte nicht mit abgegeben werden. Wenn der Kunden zum zweiten Gespräch kommt, werden die Handschriftlichen Daten gemeinsam in das pdf-Programm übertragen und die 3 Seite vervollständigt.

Beachte: Die ausgefüllten Blätter ausdrucken!!! Die Daten können nicht gespeichert werden. Wenn Sie das pdf-Programm schließen gehen alle Eingabe verloren.

Dateneingabe

Die Dateneingabe auf den Seiten 2-4 erfolgt mit der Maus. Wenn Sie über das Blatt fahren und an ein mögliches Eingabefeld kommen, wird der Cursor von einer „Hand“ zu einem „Finger oder Strich“. Nun können sie das Eingabefeld aktivieren indem Sie die Maustaste drücken. Falls sie eine Dateneingabe vergessen haben, erscheint ein Hinweisfeld das sie auf die Pflichteingabe aufmerksam macht.

2 Seite: „Screening“

Der Bogen hat das Ziel, den Ernährungszustand einer Person zu ermitteln. Der Ernährungszustand verbindet subjektive mit klinischen Parameter und gilt als Maß zum Abschätzen eines Risikos über die körperliche Verfassung.

Auf dem Bogen können nur die Kästchen mit dem Weißen Hintergrund von Ihnen bearbeitet werden. Die Kästchen auf dem gelben Hintergrund werden vom pdf-Programm automatisch eingetragen sobald sie den Button – Berechnen – drücken.

Drei Felder können auf dieser Seite frei gelassen werden: Diagnosen, Gewicht vor ... Monaten und Bemerkungen. Alle anderen Felder sind Pflichtfelder.

Das Datum wird automatisch generiert, kann aber von Ihnen verändert oder gelöscht werden.

!!! Wichtig !!! – Dieser Button spart Zeit –

Unten links auf der Seite finden Sie einen Button – Persönliche Daten auf S. 3 u. 4 übertragen – . Bitte betätigen Sie diesen immer, weil damit alle Angaben wie Name, Alter, Größe, Gewicht usw. auf die nachfolgenden Blätter übertragen werden.

Schließen sie Ihre Eingabe mit dem Button – Berechnen – ab.

3 Seite: „Energie und Flüssigkeit“

Auf dieser Seite wird der tägliche Bedarf an Energie und Flüssigkeit für den Kunden berechnet. Die Berechnungsgrundlage ist die Formel von Harres und Benedickt.

Wenn Sie auf Seite 2 den Button unten links – persönliche Daten übertragen – gedrückt haben, dann stehen der Name, Alter usw. bereits im ersten Feld.

Das zweite Feld, BMI, Zielgewicht usw. wird vom pdf-Programm berechnet und kann nicht verändert werden.

!!! Wichtig !!! Überprüfen Sie im Feld 3 Energie das Kreuz bei der Lebenssituation und verändern es bei Bedarf. Nur nach Einzelfallentscheidung ist das Feld 4 auszufüllen. Der ärztlichen Anweisung im Krankheitsfall ist folge zu leisten.

Die Felder 5 und 6 sollten nur dann ausgefüllt werden, wenn sich die tatsächliche Energieaufnahme mit den Angaben auf den Seiten decken (z.B. Wenn das Frühstück des Kunden tatsächlich 300 kcal enthält – nicht mehr oder weniger). Weil diese Angabe in der Regel nicht bekannt ist, sind die Felder frei zu lassen. Sie haben für den praktischen Umgang mit dem pdf-Programm keine Relevanz.

Schließen sie Ihre Eingabe mit dem Butten – Berechnen – ab.

4 Seite: „Ernährungsprotokoll“

Auf dieser Seite wird die tägliche Lebensmittelaufnahme dokumentiert und ins Verhältnis zur Empfehlung gesetzt.

Die Kunden könne in das jeweilige Kästchen der Lebensmittelgruppe eine Strich pro verzehrte Portion machen. Sie zählen die Striche zusammen und tragen die Zahl in das jeweilige Kästchen ein (Curser: Aus einer „Hand“ wird ein „Strich“)

Ein Stiche ist die Menge eines Lebensmittels, welches einer Portion entspricht. Die entsprechenden Portionsgröße für eine Lebensmittel entnehmen Sie bitte der unten stehenden Auflistung mit Beispielen.

Das Protokoll berechnet die Auswertung je Lebensmittelgruppe. Dabei kann für jede LM-Gruppe herauskommen:

- ausgewogen = Menge laut Empfehlung
- zu viel = Aufgenommenen Menge ist zu groß
- zu wenig = Aufgenommenen Menge ist zu gering

Im nächsten Schritt werden die Ergebnisse der einzelnen LM-Gruppen zusammengefasst und in die Auswertung auf Seite 1 „Evaluierung“ übertragen.

Schließen sie Ihre Eingabe mit dem Butten – Berechnen – ab.

1 Seite: „Evaluierung“

Alle Daten aus den Arbeitsblättern werden mit dem Betätigen des Buttens Berechen auf die 1 Seite übertragen.

Aus dem Ernährungsprotokoll werden nicht nur die Einzelwerte je Lebensmittelgruppe dargestellt, sondern auch eine Zusammenfassung berechnet.

- Verzehrsgewohnheit
- Energiereiche Nahrungsmittel
- Vitaminen-/ Mineralstoffe
- usw.

z.B. Die Ergebnisse aus den Lebensmittelgruppen Obst/Gemüse, Brot u. Backwaren, Milch-, M-Produkte, Fleisch und Fisch ergeben zusammen das Ergebnis zum den

Vitaminen-/Mineralstoffen = ausgewogen oder Defizite Möglich.

In allen Lebensmitteln stecken schließlich Vitamine oder Mineralstoffe. Und nur die Summe aus allen LM-Gruppen und den 5-Tages-Durchschnitt kann eine Abschätzung erlauben.

Zum Abschluss wird noch die täglich aufzunehmende Menge an Hauptnährstoffen ausgewiesen. Das Ergebnis kann der Kunde mit den Angaben auf Lebensmitteln vergleichen und abschätzen ob er/sie zu viel Fett aufnimmt.

Schlussfolgerung

Ein einfaches und schnelles Tool zur Kundenbindung und als Einstieg in die Ernährungsberatung.

Mehrwert schaffen für Ihre Kunden und Folgebesuche generieren.

Sie können den Kunden das Ergebnis der Erhebung besprechen und ggf. mit Produkten die Defizite ausgleichen. Die erste Seite kann der Kunde mit nach Hause nehmen um sich in Ruhe mit seiner Lebens- und Ernährungssituation zu befassen.