

Sie kämpft gegen Mangelernährung

Irène Flury ist Ernährungstherapeutin am Schweizer Paraplegiker-Zentrum.



Vor zwanzig Jahren war Irène Flury die erste Ernährungsberaterin am Schweizer Paraplegiker-Zentrum (SPZ). Sie kümmerte sich primär um Diabetesberatung und Diätenplanung, weil Übergewicht bei Menschen mit Querschnittlähmung wegen des geringeren Energiebedarfs häufig zu Folgeerkrankungen führt. Viel mehr lag für die einzige Expertin nicht drin.

Heute sind sie zu dritt in der Abteilung und aus der Ernährungsberaterin ist eine Ernährungstherapeutin geworden, die sich mit ganz spezifischen Fragen befasst. Etwa: Wie lässt sich die Wundheilung eines Druckgeschwürs ernährungsmedizinisch unterstützen? Was hilft gegen Appetitlosigkeit? Wann sind Nahrungsergänzungsmittel sinnvoll?

Sie berechnet exakt den Bedarf

Grundlage ihrer Arbeit ist der individuelle Ernährungszustand, sagt Flury: «Dieser beeinflusst den Verlauf der Rehabilitation und wird anhand verschiedener Parameter gemessen.» Sie berechnet daraus, wie hoch der Bedarf an Kalorien, Eiweiss oder Mineralien ist, und berücksichtigt dabei wissenschaftliche Empfehlungen. Im Aufklärungsgespräch erläutert sie dann, welche Stoffe wie wirken, weshalb sie in einer bestimmten Krankheitssituation wichtig sind und welche langfristigen Folgen ein Defizit haben kann. Kurz: Sie kämpft gegen die «Mangelernährung», die bei Menschen mit einer Querschnittlähmung häufig vorkommt und eine längere Rehabilitationsdauer nach sich ziehen kann.

Die 45-jährige Luzernerin hat einen Master in angewandter Ernährungsmedizin. Routine existiert in ihrem Beruf nicht: «Wenn jemand deutlich mehr Eiweiss braucht, können wir nicht einfach die doppelte Ration Fleisch hinstellen und denken, damit sei es erledigt.» Stattdessen erfasst

Irène Flury die Gewohnheiten der Person und versucht herauszufinden, wieso sie im Spital keine Lust aufs Essen hat. Liegt es an der Psyche oder der Umgebung? Weil sie alleine oder liegend essen muss? Dabei bringt sie viel Geduld auf. «Menschen mit Querschnittlähmung machen eine gewaltige persönliche Krise durch», sagt sie. «Sie haben andere Sorgen als die Frage, wie viel Eiweiss ihnen guttut.»

Sonde an sich selbst getestet

Oft sind die Patientinnen und Patienten nicht in der Lage, selbstständig zu essen und zu trinken, weil die Schluckfunktion nach der Querschnittlähmung gestört oder nicht mehr vorhanden ist. Dann bleibt nur die künstliche Ernährung, sei es über eine Magensonde oder intravenös.

Wie fühlt sich das an? Dazu machte Flury einen Selbsttest. Sie liess sich eine Nasogastralsonde setzen und sammelte fünf Tage lang wichtige Erfahrungen. «Ich verstehe jetzt alle, die den Schlauch schnell wieder loswerden möchten», sagt sie. «Aber mir wurde auch bewusst, wie gut diese Ernährungsform funktioniert und wo dabei Schwierigkeiten auftauchen können.»

Für sich selber achtet Irène Flury auf eine gesunde, ausgewogene Ernährung – die auch «Kompromisse» zulässt. Denn Essen bedeutet für sie ebenso Freude und Gesellschaft: «Ich plädiere für den gesunden Menschenverstand», sagt sie. Wenn sie in Nottwil ihren Dienst antritt, will sie nur eines: mit ihrem Wissen den Patientinnen und Patienten helfen. (pmb/boa) ■

«Es hat mich gebraucht, um Menschen mit Querschnittlähmung zu unterstützen, wenn das Essen plötzlich schwierig wird.»