

Fresubin®

Prüfen Sie Ihr Risiko für eine Mangelernährung

Die folgenden Fragen sollen Ihnen helfen, mögliche Anzeichen für einen sich verschlechternden Ernährungszustand zu erkennen. Dieser kann sich erheblich auf Ihre Gesundheit und Ihr Wohlbefinden auswirken.

Haben Sie festgestellt, dass Sie im Allgemeinen weniger Hunger verspüren als früher?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Zwingen Sie sich zum Essen, auch wenn Ihnen nicht danach ist?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Hatten Sie in letzter Zeit den Eindruck, dass Ihre Energie oder Kräfte nachlassen?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Lassen Sie gelegentlich Mahlzeiten aus?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Hat sich Ihre Ernährung vor kurzem geändert?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Haben Sie Schwierigkeiten, mit dem Einkaufen und mit der Zubereitung von Mahlzeiten hinterherzukommen?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Fühlen Sie sich öfter müde, als Sie es Ihrer Ansicht nach sein sollten?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Haben Sie eine Gewichtsabnahme bemerkt, deren Ursache Sie sich nicht erklären können?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Haben Sie manchmal Beschwerden beim Kauen oder Schlucken?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein
Leiden Sie regelmäßig an Verdauungsproblemen?	<input type="checkbox"/> Ja	<input type="checkbox"/> Nein

Falls Sie **mehr als eine Frage mit „Ja“** beantwortet haben, könnte dies ein Anzeichen für eine unzureichende Energie- und Nährstoffzufuhr sein. Dann sollten Sie Ihren Arzt oder Ihren Ernährungsberater um Rat fragen.