

Kompetenter diätetischer Umgang mit der renalen Osteopathie

Interaktiver Workshop für das Dialyseteam
(M. Meißner, E. Gutzmann)

Abstract

Viele Dialysepatienten in der Bundesrepublik haben eine Hyperphosphatämie. Deshalb möchten wir in diesem Workshop die Calcium-Phosphat Problematik und deren Folgeerscheinung, die renale Osteopathie, näher beleuchten. Der Workshop ist in zwei Teile unterteilt.

Im ersten Teil werden Bedeutung und Vorkommen von Phosphat vermittelt. Es werden die Tagesbegrenzung des Phosphats und die Therapieformen bei einer Hyperphosphatämie diskutiert. Den TeilnehmerInnen werden praktikable diätetische Tipps und Tricks zur Phosphatreduktion erläutert.

Phosphatzusätze mit den entsprechenden E-Nummern werden erörtert. Alltägliche, bedeutende Patienten-Fragen wie: „Was ist ein Schmelzsalz oder ein Kutterhilfsmittel?“ werden diskutiert. Beides dient zur Deklaration von Phosphatzusätzen in Lebensmitteln, ohne dass das Wort Phosphat verwendet wird. Schmelzsalz wird zum Beispiel Käse zugesetzt, Kutterhilfsmittel der Wurst. Es werden Tricks aufgezeigt, wie Schmelzkäse zur Verfeinerung von Speisen ausgetauscht wird ohne dass der Geschmack beeinträchtigt wird.

Da der Phosphatgehalt in Lebensmitteln nicht durch küchentechnische Methoden reduziert werden kann, sollten möglichst Lebensmittel mit wenig Phosphat gegen solche mit hohen Phosphatkonzentrationen ausgetauscht werden. Milchprodukte haben teilweise hohe Phosphatwerte. So kann zum Beispiel durch Austausch eines Wasser-Sahne-Gemischs gegen Milch der Phosphatgehalt um ca. 80 % reduziert werden.

Der Phosphatgehalt von Vollkornprodukten wird diskutiert, eine wichtige Fragestellung bei Diabetikern, denen eine vollkornhaltige Ernährungsweise empfohlen wird. Können sie bei Dialysebeginn diese Ernährungsweise beibehalten?

Im zweiten Teil des Workshops werden die Tipps von den TeilnehmerInnen praktisch umgesetzt. Es wird ein authentisches Tageskostbeispiel vorgestellt. Dieses Tageskostbeispiel wurden von Patienten mit einer Hyperphosphatämie dokumentiert. Sie wurden gebeten, ihr Ernährungsverhalten von einem Tag aufzuschreiben. In Kleingruppen von ca. 4-7 Personen werden diese Tageskostbeispiele überarbeitet. Durch geschicktes Austauschen der phosphatreichen Lebensmittel mit Hilfe von Lebensmitteltabellen werden rasch und praxisnah die im ersten Teil des Workshops vermittelten Tricks und Tipps umgesetzt.

So kann dem Dialyseteam vermittelt werden, dass durch geringfügige Hilfestellungen die Gefahr der Hyperphosphatämie beim Dialysepatienten stark vermindert werden kann.