

## MATERIALIEN

# Trinken im Alter

Zu den Herausforderungen in Senioreneinrichtungen zählt es, eine ausreichende Flüssigkeitszufuhr der älteren Menschen sicherzustellen. Gründe hierfür sind zum Beispiel die Abnahme des Durstgefühls, die Angst vor nächtlichen Toilettengängen oder Schluckstörungen. Dies birgt die Gefahr der Austrocknung (Dehydratation) verbunden mit erheblicher Minderung der Leistungsfähigkeit und Symptomen wie Kopfschmerz, Verstopfung und Bewusstlosigkeit.

Die Broschüre "DGE-Praxiswissen - Trinken im Alter" richtet sich an Pflegekräfte aus Senioreneinrichtungen und präsentiert Richtwerte zur Flüssigkeitszufuhr und Rezeptvorschlägen.

Gedruckte Exemplare der Broschüre können Sie im Medienshop der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE e.V.) unter **[www.dge-medianservice.de](http://www.dge-medianservice.de)** bestellen (soweit vorrätig).



Link zur Webseite:

**<https://in-form.de/materialien/trinken-im-alter/>**