



Pielęgniarstwo 15 Das Tagesmenü

- Erklären Sie Mahlzeiten- und Diätoptionen
- Besprechen Sie Vorlieben und passen Sie Menüs an besondere Bedürfnisse an
- Vokabular: Mahlzeiten und Getränke in der Pflege, diabetesbezogene Ernährungsvokabeln, Ernährung bei chronischen Erkrankungen, Menüanpassungen

Die Mahlzeit	<i>(Posiłek)</i>	Die Nährstoffdichte	<i>(Gęstość odżywcza)</i>
Das Menü	<i>(Menu)</i>	Die Flüssigkeitszufuhr	<i>(Podawanie płynów / bilans płynów)</i>
Das Gericht	<i>(Danie)</i>	Die Insulinpflichtigkeit	<i>(Konieczność stosowania insuliny)</i>
Die Diät	<i>(Dieta)</i>	Die chronische Erkrankung	<i>(Choroba przewlekła)</i>
Die Kalorienaufnahme	<i>(Spożycie kalorii)</i>	Die Pflegekraft	<i>(Personel pielęgniarski)</i>
Der Blutzuckerspiegel	<i>(Poziom glukozy we krwi)</i>	Das Essen austeilen	<i>(Rozdzielać jedzenie)</i>
Die Kohlenhydrate	<i>(Węglowodany)</i>	Anpassen (anpassen an)	<i>(Dostosować (do))</i>
Die Ballaststoffe	<i>(Błonnik pokarmowy)</i>	Berücksichtigen (berücksichtigen müssen)	<i>(Uwzględnić (musieć uwzględnić))</i>
Das fettarme Essen	<i>(Jedzenie niskotłuszczowe)</i>	Empfehlen (empfehlen)	<i>(Polecać (polecać))</i>
Das zuckerfreie Getränk	<i>(Napój bez cukru)</i>	Vermeiden (vermeiden)	<i>(Unikać (unikać))</i>
Die salzarme Kost	<i>(Dieta uboga w sól)</i>	Portionsgröße reduzieren	<i>(Zmniejszyć wielkość porcji)</i>
Das pürierte Essen	<i>(Jedzenie zmiksowane / puree)</i>	Unverträglichkeit anzeigen	<i>(Zgłaszać nietolerancję)</i>
Die Sonderkost	<i>(Dieta specjalna)</i>		

1. Ćwiczenia

1. Dopasuj każde słowo do jego definicji.

- | | |
|------------------------------------|--|
| a. die Sonderkost | 1. Getränk ohne Zucker, das bei Diabetes oft empfohlen wird. |
| b. der Blutzuckerspiegel | 2. Wert im Blut, der angibt, wie viel Zucker gerade vorhanden ist. |
| c. das zuckerfreie Getränk | 3. Essen, das für Patientinnen und Patienten an besondere Bedürfnisse angepasst ist. |
| d. eine Unverträglichkeit anzeigen | 4. den Patientinnen und Patienten die Portionen geben (z. B. auf Station). |
| e. das Essen austeilen | 5. der Pflegekraft sagen, dass man ein Lebensmittel nicht verträgt. |

a-3 b-2 c-1 d-5 e-4



2. Ogłoszenie w domu opieki: Menu dnia i dieta specjalna (Audio dostępne w aplikacji)

Wypełnij luki: Sonderkost, Portionsgröße, berücksichtigt, Anpassung, Pflegekraft, zuckerfreie, salzarme Kost, Blutzuckerspiegel, püriertes Essen

Speiseversorgung – Tagesmenü
Heute gibt es mittags Gemüseintopf mit Hähnchen und Vollkornbrot, abends Kräuterquark mit Salat. Bitte achten Sie beim Austeilen darauf, dass _____ Getränke bereitstehen. Für Bewohnerinnen und Bewohner mit Diabetes gilt: Brot und Beilagen in festgelegter _____ ausgeben; Süßspeisen nur nach Rücksprache. Der _____ wird vor dem Abendessen dokumentiert; bei auffälligen Werten informieren Sie die diensthabende _____. _____: Für Frau K. ist eine _____ bestellt. Herr M. erhält _____ wegen Schluckstörung. Unverträglichkeiten sind in der Küchenliste markiert und müssen _____ werden. Bei Fragen zur _____ des Menüs wenden Sie sich bitte an die Ernährungsberatung. Wichtig: Ausreichende Flüssigkeitszufuhr anbieten und Trinkmengen notieren.

Wyżywienie – Menu dnia (Oddział 2)

Dziś na obiad podajemy gulasz warzywny z kurczakiem i chleb pełnoziarnisty, wieczorem twarożek z ziołami i sałatą. Proszę przy wydawaniu zwrócić uwagę, aby były dostępne napoje bez cukru. Dla mieszkank i mieszkańców z cukrzycą obowiązuje: wydawać chleb i dodatki w ustalonej wielkości porcji; desery tylko po konsultacji. Poziom cukru we krwi jest dokumentowany przed kolacją; przy nieprawidłowych wartościach poinformujcie dyżurującą osobę pielęgniarską.

Dieta specjalna: Dla Pani K. zamówiono dietę niskosodową (niewydolność serca). Pan M. otrzymuje rozdrobnione/purée jedzenie z powodu zaburzeń połykania. Alergie i nietolerancje są zaznaczone na liście kuchennej i muszą być uwzględnione. W razie pytań dotyczących dostosowania menu (np. mniej węglowodanów, więcej błonnika, dieta niskotłuszczowa) prosimy o kontakt z poradnią żywieniową. Ważne: zapewnić odpowiednie nawodnienie i notować ilość wypitych płynów.

1. Welche konkreten Aufgaben hat das Pflegepersonal beim Austeilen des Essens und der Getränke laut Aushang?

3. Posłuchaj fragmentu audio i zaznacz, czy poniższe stwierdzenia są prawdziwe czy fałszywe.

Die Pflegekraft prüft das Menü vorher, um es an besondere Bedürfnisse anzupassen.

Prawda Falsz



Herr Becker erhält eine größere Portion, damit er mehr Energie bekommt.

Frau Yilmaz braucht püriertes Essen wegen Schluckproblemen, nicht wegen einer Milchunverträglichkeit.

4. Odegraj rolę: Uzupełnij dialogi



a. Diabetes-Menü auf Station anpassen

Pflegekraft Frau Neumann: *Guten Abend, Herr Yilmaz. Ich bringe gleich das Essen — vorher frage ich kurz: Wie war Ihr Blutzuckerspiegel heute?*

(Dobry wieczór, Panie Yilmaz. Zaraz przyniosę posiłek — najpierw krótko zapytam: jaki miał Pan dziś poziom cukru we krwi?)

Patient Herr Yilmaz:

1. _____

Pflegekraft Frau Neumann: *In Ordnung. Dann passen wir die Mahlzeit an: ein fettarmes Gericht, mehr Ballaststoffe und eine kleinere Portionsgröße bei Brot oder Kartoffeln.*

(W porządku. Dostosujemy posiłek: danie niskotłuszczowe, więcej błonnika i mniejsza porcja chleba lub ziemniaków.)

Patient Herr Yilmaz:

2. _____

Pflegekraft Frau Neumann: *Ich empfehle ein zuckerfreies Getränk und achte auf ausreichende Flüssigkeitszufuhr. Haben Sie noch Unverträglichkeiten, die ich vermerken soll?*

(Polecam napój bez cukru i zadbam o odpowiednie nawodnienie. Czy ma Pan jeszcze jakieś nietolerancje, które powinnam odnotować?)

Patient Herr Yilmaz:

3. _____

Pflegekraft Frau Neumann: *Verstanden. Ich vermerke salzarme Kost und verzichte soweit möglich auf Milchprodukte. Ich schaue gleich, welches Menü dafür passt.*

(Zrozumiałam. Zanotuję dietę ubogą w sól i w miarę możliwości zrezygnuję z produktów mlecznych. Zaraz sprawdzę, które menu będzie do tego pasować.)

Przykładowe odpowiedzi:

1. *Nach dem Mittagessen war er ziemlich hoch. Ich bin insulinpflichtig und muss besonders auf die Kohlenhydrate achten. 2.* *Das klingt gut. Bitte kein Süßes dazu — und normalen Saft möchte ich auch nicht haben. 3.* *Laktose vertrage ich schlecht. Und sehr salziges Essen sollte ich vermeiden.*

5. E-mail (wewnętrzny, dom opieki)

Betreff: Menü heute – Anpassung für Herrn Yilmaz?

Hallo,

ich bin heute neu im Spätdienst. Beim Austeilen des Essens ist mir aufgefallen, dass Herr Yilmaz sagte, er müsse wegen **Diabetes** auf seine Ernährung achten. Er fragte, ob er das Dessert auch bekommen kann. Auf dem Plan steht zum Mittag: Hähnchen mit Reis und Gemüse, dazu Vanillepudding. Getränke: Wasser oder Apfelschorle.

Kurz: Welche **Sonderkost** müssen wir für ihn **berücksichtigen** und welches Dessert **empfehlst** du stattdessen?

Viele Grüße

Mara Klein



Napisz odpowiednią odpowiedź: *Bei Herrn ... müssen wir wegen ... besonders darauf achten, dass ... / Ich würde empfehlen, ... zu vermeiden und stattdessen ... anzubieten. / Kannst du bitte kurz prüfen, ob ... in der Akte vermerkt ist?*
