



## 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

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

## 1. Ćwiczenia

### 1. Dopasuj każde słowo do jego definicji.

- |                            |  |
|----------------------------|--|
| a. die Sonderkost          | 1. Essen, das für Patientinnen und Patienten an besondere Bedürfnisse angepasst ist. |
| b. der Blutzuckerspiegel   | 2. Getränk ohne Zucker, das bei Diabetes oft empfohlen wird.                         |
| c. das zuckerfreie Getränk | 3. Wert im Blut, der angibt, wie viel Zucker gerade vorhanden ist.                   |

a-1 b-3 c-2



### 2. Ogłoszenie w domu opieki: Menu dnia i dieta specjalna (QR: Audio)

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

Speiseversorgung – Tagesmenü Heute gibt es mittags Gemüseintopf mit Hähnchen und Vollkornbrot, abends Kräuterquark mit Salat. Bitte achten Sie beim Austeilen darauf, dass (1) \_\_\_\_\_ Getränke bereitstehen. Für Bewohnerinnen und Bewohner mit Diabetes gilt: Brot und Beilagen in festgelegter (2) \_\_\_\_\_ ausgeben; Süßspeisen nur nach Rücksprache. Der (3) \_\_\_\_\_ wird vor dem Abendessen dokumentiert; bei auffälligen Werten informieren Sie die diensthabende (4) \_\_\_\_\_. (5) \_\_\_\_\_: Für Frau K. ist eine (6) \_\_\_\_\_ bestellt. Herr M. erhält (7) \_\_\_\_\_ wegen Schluckstörung. Unverträglichkeiten sind in der Küchenliste markiert und müssen (8) \_\_\_\_\_ werden. Bei Fragen zur (9) \_\_\_\_\_ 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 sałata. Proszę przy wydawaniu zwrócić uwagę, aby były dostępne napoje bez cukru. Dla mieszkanki i mieszkańca z cukrzycą obowiązują: wydawać chleb i dodatki w ustalonej wielkości porcji; desery tylko po konsultacji. Poziom cukru we krwi jest dokumentowany przed kolacją; przy nieprawidłowych wartościach poinformować 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) zuckerfreie, (2) Portionsgröße, (3) Blutzuckerspiegel, (4) Pflegekraft, (5) Sonderkost, (6) salzarme Kost, (7) püriertes Essen, (8) berücksichtigt, (9) Anpassung*

1. Welche konkreten Aufgaben hat das Pflegepersonal beim Austeilen des Essens und der Getränke laut Aushang?
2. Welche Sonderkost wird genannt und aus welchem Grund bekommt jede der genannten Personen diese Sonderkost?

### 3. Posłuchaj fragmentu audio i wybierz poprawną odpowiedź. (QR: Audio)

- |  | Prawda                   | Falsz                    |  |
|--|--------------------------|--------------------------|--|
| 1. Die Pflegekraft prüft das Menü vorher, um es an besondere Bedürfnisse anzupassen.                     | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |  |
| 2. Herr Becker erhält eine größere Portion, damit er mehr Energie bekommt.                               | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |  |
| 3. Frau Yilmaz braucht püriertes Essen wegen Schluckproblemen, nicht wegen einer Milchunverträglichkeit. | <input type="checkbox"/> | <input type="checkbox"/> |  |

1-V 2-X 3-V

### 4. Wybierz poprawne rozwiązanie

1. Auf der Station teilt die Pflegekraft das Essen aus, und wir \_\_\_\_\_ dabei die Sonderkost. *(Na oddziale opiekun/opiekunka rozdaje jedzenie, a my uwzględniamy przy tym dietę specjalną.)*
- a. berücksichtigt      b. berücksichtigen müssen      c. berücksichtigt  
d. berücksichtigen
2. Wenn ein Bewohner insulinpflichtig ist, \_\_\_\_\_ wir zuckerfreie Getränke nicht, aber wir kontrollieren die Kohlenhydrate. *(Jeśli mieszkaniec jest zależny od insuliny, nie unikamy napojów bezcukrowych, ale kontrolujemy węglowodany.)*
- a. vermeiden wir      b. vermeidet      c. vermeiden      d. vermeidest
3. Der Arzt \_\_\_\_\_ heute eine salzarme Kost, weil der Patient eine chronische Erkrankung hat. *(Lekarz zaleca dziś dietę ubogosolną, ponieważ pacjent ma chorobę przewlekłą.)*
- a. empfiehlt      b. empfehlst      c. empfohlen      d. empfehlen

1. berücksichtigen 2. vermeiden 3. empfiehlt

### 5. Odgrywanie ról - dialogi (QR: Audio)

#### Diabetes-Menü auf Station anpassen

- Pflegekraft** Guten Abend, Herr Yilmaz. Ich bringe gleich das Essen — vorher frage ich
- Frau Neumann:** 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:** Nach dem Mittagessen war er ziemlich hoch. Ich bin insulinpflichtig und muss besonders auf die Kohlenhydrate achten.  
*(Po obiedzie był dość wysoki. Potrzebuję insuliny i muszę szczególnie uważać na węglowodany.)*
- Pflegekraft** In Ordnung. Dann passen wir die Mahlzeit an: ein fettarmes Gericht, mehr
- Frau Neumann:** 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:** *Das klingt gut. Bitte kein Süßes dazu — und normalen Saft möchte ich auch nicht haben.*

*(Brzmi dobrze. Proszę bez słodkiego dodatku — i nie chcę też zwykłego soku.)*

**Pflegekraft** *Ich empfehle ein zuckerfreies Getränk und achte auf ausreichende*

**Frau Neumann:** *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:** *Laktose vertrage ich schlecht. Und sehr salziges Essen sollte ich vermeiden.*

*(Słabo toleruję laktozę. I powinienem unikać bardzo słonych potraw.)*

**Pflegekraft** *Verstanden. Ich vermerke salzarme Kost und verzichte soweit möglich auf*

**Frau Neumann:** *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.)*

1. Warum möchte Frau Neumann das Menü von Herrn Yilmaz anpassen, und was muss sie dabei berücksichtigen?
- 

## 6. Mówienie (QR: AI+)

*Ich muss dabei berücksichtigen, dass ... / Ich empfehle Ihnen ..., weil ... / Wir können das Menü anpassen, zum Beispiel ...*



1. Sie sind Pflegekraft und teilen das Essen aus. Ein Patient sagt, er verträgt bestimmte Lebensmittel nicht und braucht Sonderkost. Was fragen Sie kurz nach, und wie passen Sie das Menü an?
- 
2. Eine Bewohnerin hat Diabetes und möchte ein zuckerfreies Getränk und kleinere Portionen. Was empfehlen Sie für die Mahlzeit, und worauf müssen Sie dabei achten?
-

## 7. Pisanie: E-mail (wewnętrzny, dom opieki) (QR: AI+)

**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?*

---

---

---