

Kerstin Schlee

Ursprünglich zur staatlich anerkannten Erzieherin ausgebildet, hat sich Kerstin Schlee dann für den Beruf der Logopädie entschieden. Seit 1994 ist sie staatlich anerkannte Logopädin und seit 1996 selbständig in eigener Praxis tätig.

Viele Bewohner des DOMICIL werden von dieser Praxis logopädisch versorgt.

Der Schwerpunkt der Arbeit von Kerstin Schlee liegt in der Diagnostik und Therapie u.a. von Menschen mit Schluckstörungen.

Im Laufe der Jahre erwarb Kerstin Schlee eine Reihe von Zusatzqualifikationen. Beispielhaft seien erwähnt:

- DIHT – Trainerin (Dozentin in der Erwachsenenbildung)
- Bobath in der Logopädie
- Basale Stimulation
- Affolter

Neben der Praxistätigkeit doziert Kerstin Schlee in Einrichtungen im Rahmen des Entwicklungsorientierten Pflegekonzeptes nach Frank Riehl und zu den Themen Dysphagie, Mundpflege, Schluckstörungen um nur einige zu nennen.

Ferner bietet Kerstin Schlee Praxisbegleittage in Pflegeeinrichtungen an, in denen gemeinsam mit den Pflegeteams bewohnerorientierte Lösungsstrategien erarbeitet werden.

Milch- und Fruchtshakes

Eine gesunde und leckere
Alternative
für Zwischendurch



Karl-Heinz Kähler

Liebe Leserinnen und Leser,

Menschen mit Schluckbeschwerden machen vielfach Grenzerfahrungen, wenn sie Flüssigkeiten zu sich nehmen. Getränke bergen aufgrund der flüssigen Konsistenz die große Gefahr, dass sie ungeschluckt den Rachen hinunter laufen. Das Risiko der Aspiration (Eindringen in die Lunge) steigt sofort an!

Um die Dynamik der Fließgeschwindigkeit zu reduzieren, werden Getränke mit einem entsprechenden Pulver angedickt. Diese Substanzen verschiedener Hersteller sind fast geschmacksneutral und haben eine gute Fähigkeit zur Resorption der Flüssigkeit im Darm. Das Ergebnis ist je nach individuellem Bedarf eine sämige Flüssigkeit, die wesentlich leichter zu schlucken ist, weil sie besser gespürt wird, deutlich langsamer fließt und somit sicherer abgeschluckt werden kann.

Eine natürliche und kostengünstigere Alternative stellen Shakes dar. Sie bringen eine schluckerleichternde Konsistenz (sirupartig, sämig, cremig) bereits mit. Ihre verschiedenen Geschmacksrichtungen (süß, säuerlich, salzig, herb) erfüllen alle Vorlieben. Des Weiteren können sie im Einzelfall hochkalorisch hergestellt oder ballaststoffreich versehen werden. Mit Shakes kann die tägliche Portion an Obst und Gemüse erhöht werden.

Es gibt Frucht-, Gemüse-, Eis- und Milchshakes; die Vielfalt ist fast unerschöpflich. Sie sind sowohl als Getränk einsetzbar (100% anzurechnen) als auch als

Zwischen- oder Spätmahlzeit. Shakes, die abweichend von der Zimmertemperatur (warm oder gekühlt) im Ausschnittbecher gereicht werden, erfüllen alle Kriterien der Flüssigkeitsaufnahme, die Menschen mit Schluckstörungen benötigen:

- Verminderte Fließgeschwindigkeit durch sämige Konsistenzen (schluckerleichternd)
- Abwechslungsreiche Geschmacksrichtungen
- Ansprechendes Aussehen
- Begrenzte Mengenaufnahme durch den Einsatz eines Ausschnittbeckers
- Gute Spürbarkeit durch Abweichen von Zimmertemperatur

(aus: Kerstin Schlee: Schluckstörungen – genussvoll essen und trinken.)

Eis-Shake „Schwarzwälder Art“

600 ml Schokoladeneis

400 ml Milch

1 Glas Schattenmorellen (ohne Saft)

Die Milch und die Schattenmorellen im Mixer vermengen. Das Schokoladeneis dazu geben und den Shake glatt pürieren.

Sofort servieren!