



WWW.MEINKETOPLANER.INFO



Mein KETO PLANER
MACHT *Meine* KETOGENE DIÄT EINFACHER

UPDATE 2018



- ➔ vielfältige Auswahl an Rezepten
- ➔ Rezepte erstellen und mit anderen teilen
- ➔ Tages- und Wochenplan berechnen
- ➔ auf mobilen Geräten verfügbar
- ➔ Vernetzen und Austauschen





Rezeptsuche:

KetoCal 4:1 LQ Erdbeer Smoothie 4:1

KetoCal 4:1 LQ KetoCal LQ Neutral KetoCal LQ Vanille KetoCal 3:1 Pulver KetoCal 4:1 Pulver
KetoCal 4:1 Pulver Neutral KetoCal 4:1 Pulver Vanille Liquigen KL KD 3:1 KL KD 4:1 KL KD 2:1

Ratio:
4:1

Anleitung für medizinisches Fachpersonal

Mein KETO PLANER

Anleitung für medizinisches Fachpersonal

Inhalt

1. Login/Registrierung.....	1
2. Rezeptsuche.....	1
3. Eigene gespeicherte Rezepte einsehen.....	2
4. Eigene gespeicherte Rezepte modifizieren.....	3
5. Neues Rezept erstellen.....	5
6. Patienten aufnehmen.....	7
7. Nährstoffbedarf berechnen	8
8. Rezept einem Patienten zuordnen.....	10
9. Patientenrezept berechnen	13
10. Patientenrezept verifizieren.....	14
11. Lebensmittel eingeben.....	15
12. Supplement eingeben.....	17
13. Medikament eingeben.....	19
14. Medikamente/ Supplemente einem Patienten zuordnen.....	20
15. Eigene Informationen ändern.....	22
16. Patienteninformationen ändern.....	22
17. Tagesplan erstellen.....	23
18. Wochenplan erstellen.....	28
19. Nachrichten verschicken und empfangen.....	30
20. Datenschutz und Nutzungsbedingungen einsehen.....	30

1. LOGIN /REGISTRIERUNG

1. Gehe auf www.MeinKetoPlaner.info.
2. Wähle LOGIN/REGISTRIERUNG auf der Hauptmenüleiste.



3. Wenn du bereits registriert bist, gib deine E-Mail Adresse und dein Passwort ein und klicke auf LOGIN. Wenn du dein Passwort vergessen hast, klicke auf die Funktion „Passwort vergessen?“.
4. Wenn du noch nicht registriert bist, gehe auf „Noch kein Mitglied? Jetzt anmelden!“.

E-Mail:

Passwort:

LOGIN

Noch kein Mitglied? Jetzt anmelden!
Passwort vergessen?

FÜR PATIENTEN/ELTERN/BETREUER

FÜR FACHPERSONAL

5. Wähle den Bereich „FÜR FACHPERSONAL“
6. Gib deine Daten ein und wähle ein Passwort
7. Mit „Senden“ wird die Registrierungsanfrage übermittelt. Die Freigabe deines Accounts erfolgt durch Nutricia Ketogenics.

2. REZEPTSUCHE

1. Wähle REZEPTE in der Hauptmenüleiste



2. Scrolle auf dieser Seite nach unten bis zur „Rezeptsuche“



3. Gib nun in das Suchfeld den Rezeptnamen oder ein Stichwort ein, z.B. Pizza, Kohlrabi, Shake usw. oder gehe in einen der bunten Ordner unterhalb des Suchfeldes, um z.B. Rezepte mit

KetoCal 4:1 LQ, für die klassische ketogene Diät 3:1 (KL. KD 3:1) oder fürs Frühstück usw. zu finden.

4. Wenn du ein Rezept gefunden hast, kannst du es durch Anklicken des Rezeptnamens anzeigen lassen. Wenn es dir zusagt, kannst du es zu deinen eigenen Rezepten hinzufügen oder gleich einem deiner Patienten zuordnen. Dazu klickst du eine der beiden Schaltflächen am unteren Ende der Rezeptseite.

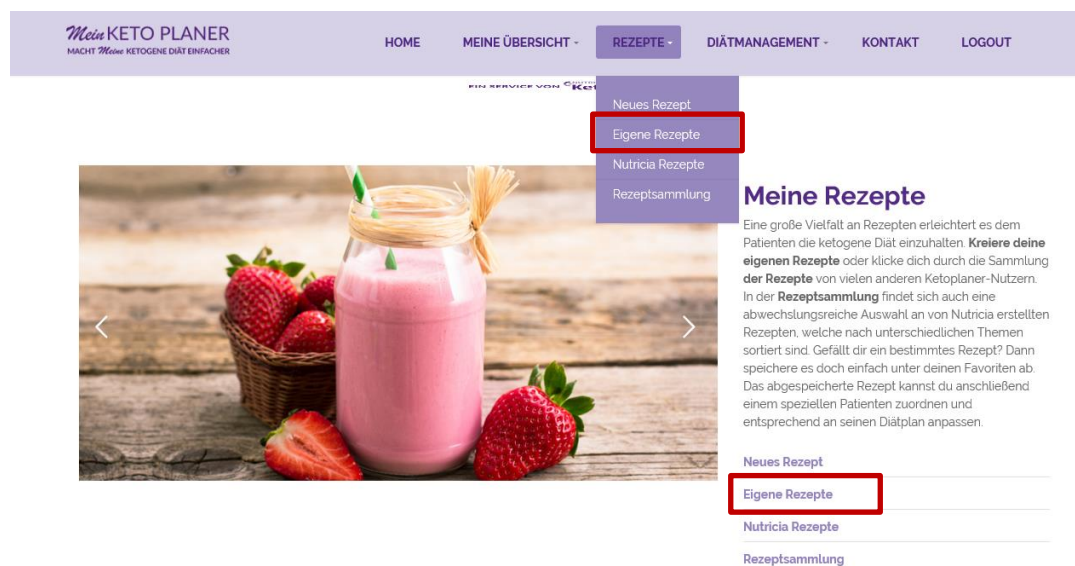
EIGENEN REZEPTEN HINZUFÜGEN

REZEPT EINEM PATIENTEN ZUORDNEN

5. Wenn du bisher mit keinem Patienten verbunden bist, erscheint nur der Button EIGENEN REZEPTEN HINZUFÜGEN
6. REZEPT EINEM PATIENTEN ZUORDNEN siehe Kapitel „Rezept einem Patienten zuordnen“
7. Gut zu wissen! Du kannst eine Rezeptsuche auch durchführen, ohne dich anzumelden!

3. EIGENE GESPEICHERTE REZEPTE EINSEHEN

1. Wähle REZEPTE in der Hauptmenüleiste und klicke im Dropdown auf EIGENE REZEPTE oder wähle im Seitenmenü EIGENE REZEPTE



2. Es erscheint eine Liste mit deinen gespeicherten Rezepten.
3. Klicke auf ein Rezept, um es einzusehen. Um es zu bearbeiten, wähle die Optionen rechts.
4. Das Rezept kann zur weiteren Bearbeitung kopiert werden, man kann es mit allen Nutzern teilen (es erscheint in der REZEPTSAMMLUNG), man kann das Rezept bearbeiten (siehe dazu das Kapitel EIGENE GESPEICHERTE REZEPTE MODIFIZIEREN) und man kann es löschen. Das Kopieren des Rezepts empfiehlt sich insbesondere dann, wenn man das gleiche Rezept für verschiedene Patienten anpassen möchte.

Rezept	Kopieren	Teilen	Bearbeiten	Löschen
Spinatsuppe (4:1)				
Avocado-Vanille-Creme (4:1)				

4. EIGENE GESPEICHERTE REZEPTE MODIFIZIEREN

1. Wähle REZEPTE in der Hauptmenüleiste und klicke im Dropdown auf EIGENE REZEPTE oder wähle im Seitenmenü EIGENE REZEPTE

Mein KETO PLANER
MACHT Meine KETOGENE DIÄT EINFACHER

HOME MEINE ÜBERSICHT - REZEPTE - DIÄTMANAGEMENT - KONTAKT LOGOUT

Neues Rezept
Eigene Rezepte
Nutricia Rezepte
Rezeptsammlung

Meine Rezepte

Eine große Vielfalt an Rezepten erleichtert es dem Patienten die ketogene Diät einzuhalten. **Kreiere deine eigenen Rezepte** oder klicke dich durch die Sammlung der **Rezepte** von vielen anderen Ketoplaner-Nutzern. In der **Rezeptsammlung** findet sich auch eine abwechslungsreiche Auswahl an von Nutricia erstellten Rezepten, welche nach unterschiedlichen Themen sortiert sind. Gefällt dir ein bestimmtes Rezept? Dann speichere es doch einfach unter deinen Favoriten ab. Das abgespeicherte Rezept kannst du anschließend einem speziellen Patienten zuordnen und entsprechend an seinen Diätplan anpassen.

Neues Rezept
Eigene Rezepte
Nutricia Rezepte
Rezeptsammlung

2. Es erscheint eine Liste mit deinen gespeicherten Rezepten. Wenn die Liste zu lang ist, kannst du nach deinem Rezept auch suchen:

Rezeptsuche:

avocado

SUCHE

Suchergebniss für: avocado

3. Wähle die Option „Bearbeiten“, klicke auf den Stift.

Rezept	Kopieren	Teilen	Bearbeiten	Löschen
Spinatsuppe (4:1)				
Avocado-Vanille-Creme (4:1)				

1. Daraufhin öffnet sich unterhalb der Rezeptliste das ausgewählte Rezept mit den folgenden Eingabe-Optionen:

- Titel:** Du kannst dem Rezept einen neuen Titel geben
- Bild:** Du kannst ein neues Bild hochladen (quadratisch, nicht größer als 2MB)
- Beschreibung:** Du kannst eine Rezeptbeschreibung deiner Wahl einfügen
- Zutaten:** Hier kannst du die Menge der Zutaten ändern, Zutaten löschen oder auch weitere Zutaten hinzufügen (siehe Spalte „Löschen“ bzw Spalte „weitere hinzufügen“)
- Zubereitung:** Hier kannst du die Zubereitungsanweisungen ändern.

Bearbeiten Rezept

Titel: *

Avocado-Vanille-Creme (4:1)

Bild :

fotolia_82279710.jpg

Browse...

(Gültige Formate: JPG, PNG, BMP, GIF von weniger als 2 MB Dateigröße)



- Kategorie:** Wähle die Kategorie, unter der das Rezept zu finden sein sollte. Du kannst nur eine Kategorie auswählen.
- Tags:** Wähle die Stichwörter/Tags, die deinem Rezept zugeordnet werden sollen. Du kannst mehrere Tags auswählen. Klicke sie dazu im Dropdown-Menü an. Wiederhole den Vorgang für mehrere Tags.
- Zusätzliche Informationen:** Hier kannst du eine Information deiner Wahl hinterlegen.
- Portionsgröße:** wähle mit dem Dropdown-Menü aus, für wie viele Portionen dieses Rezept berechnet ist.
- Teilen:** Durch das Anklicken von „Teilen“ wird dein Rezept dem Bereich „Rezeptsammlung“ zugeordnet und ist für andere Mitglieder einsehbar. Wenn du dein Rezept lieber nur für dich und deine Patienten nutzen möchtest, entferne das Häkchen.
- Speichern:** Hier kannst du dein Rezept abspeichern.
- Abbrechen:** Hiermit brichst du den Vorgang der Rezeptbearbeitung ab.

Kategorie: *

Auswählen

Tags: *

--- Tags auswählen ---

Zusätzliche Informationen:

Portionsgröße: *

Auswählen

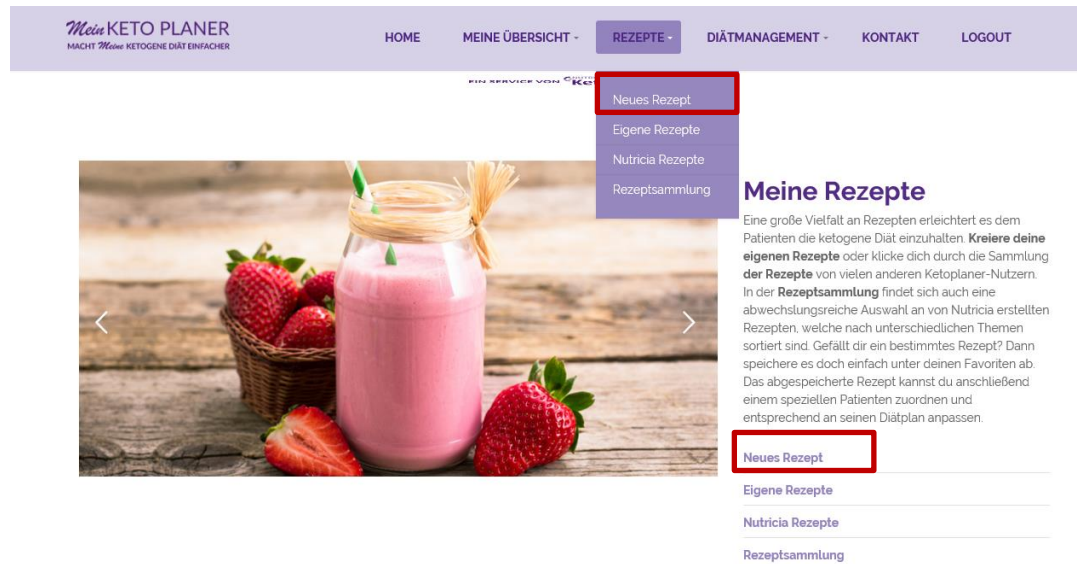
☐ Teilen

SPEICHERN

ABBRECHEN

5. NEUES REZEPT ERSTELLEN

1. Wähle REZEPTE in der Hauptmenüleiste und klicke im Dropdown auf NEUES REZEPT oder wähle im Seitenmenü NEUES REZEPT.



2. Hier kannst du ein neues Rezept eingeben und kannst dabei folgende Eingaben machen (siehe auch Kapitel „Eigene gespeicherte Rezepte modifizieren“.)

Neues Rezept

Titel: *

Bild:

(Gültige Formate: JPG, PNG, BMP, GIF von weniger als 2 MB Dateigröße)

- a. **Titel:** Wähle einen Titel für dein Rezept.
- b. **Bild:** Du kannst ein Bild hochladen (quadratisch, nicht größer als 2MB)
- c. **Beschreibung:** Füge eine Rezeptbeschreibung deiner Wahl ein.
- d. **Zutaten:** Wähle zunächst die Anzahl an Zutaten, die du eingeben möchtest. Hierfür wähle unten in der Spalte „Löschen“ das Dropdown-Menü „Weitere hinzufügen“ und klicke auf die Anzahl der benötigten Zutaten. Du kannst die Anzahl jederzeit erweitern oder die überschüssigen Zeilen löschen.

Lebensmittel		Zutaten							ketogenes Verhältnis	Löschen
Fehlt dein Produkt/Lebensmittel? Dann erstelle es selbst!	Einheit	Menge	Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (kcal)	Eiweiß und Kohlenhydrate insgesamt (g)			
Auswählen		0	0	0	0	0	0	0		
		Summe	0,00	0,00	0,00	0	0,00	0,00	01	

Zubereitung:*

Normal ·

- e. In der linken Spalte „**Lebensmittel**“ kannst du durch Eingabe eines Stichworts ein Lebensmittel aus der Datenbank auswählen. Die Datenbank beinhaltet den Bundeslebensmittelschlüssel BLS in der aktuellen Version sowie weitere Lebensmittel wie z.B. die Nutricia-Produkte und Produkte, die von anderen Benutzern für die Datenbank zur Verfügung gestellt wurden. Die letzteren werden mit „Benutzer-Daten“ gekennzeichnet. Du kannst selbst entscheiden, ob du diese verwenden möchtest. Sollte ein Lebensmittel oder Produkt in der Datenbank fehlen, kannst du es selbst eingeben (siehe auch Kapitel 11 „Lebensmittel eingeben“). Speichere vorher dein Rezept ab.

Lebensmittel	Einheit	M
Fehlt dein Produkt/Lebensmittel? Dann erstelle es selbst!		
Auswählen		
Chia		C
Chia (Benutzer-Daten)		S
Chia Samen (Benutzer-Daten)		

- f. **Zutaten-Menge:** In der Spalte „Menge“ kannst du die Menge der Zutaten durch die Pfeile nach oben und unten anpassen. Du kannst aber auch eine Zahl in das Feld schreiben. Die Summe der Hauptnährstoffe sowie das ketogene Verhältnis des Rezepts kannst du in der untersten Zeile „**Summe**“ ablesen
- g. **Zubereitung:** Gib die Zubereitungsanweisungen ein.
- h. **Kategorie:** Wähle die Kategorie, unter der das Rezept zu finden sein soll. Du kannst nur eine Kategorie auswählen.
- i. **Tags:** Wähle die Stichwörter/Tags, die deinem Rezept zugeordnet werden sollen. Du kannst mehrere Tags auswählen. Klicke sie dazu im Dropdown-Menü an. Wiederhole den Vorgang für mehrere Tags.
- j. **Zusätzliche Informationen:** Hier kannst du eine Information deiner Wahl hinterlegen.
- k. **Portionsgröße:** wähle mit dem Dropdown-Menü aus, für wie viele Portionen dieses Rezept berechnet ist.
- l. **Teilen:** Durch das Anklicken von „Teilen“ wird dein Rezept dem Bereich "Rezeptsammlung" zugeordnet und ist für andere Nutzer einsehbar. Wenn du dein Rezept lieber nur für dich und

Kategorie: *

Auswählen

Tags: *

--- Tags auswählen ---

Zusätzliche Informationen:

Portionsgröße: *

Auswählen

☒ Teilen

SPEICHERN

ABBRECHEN

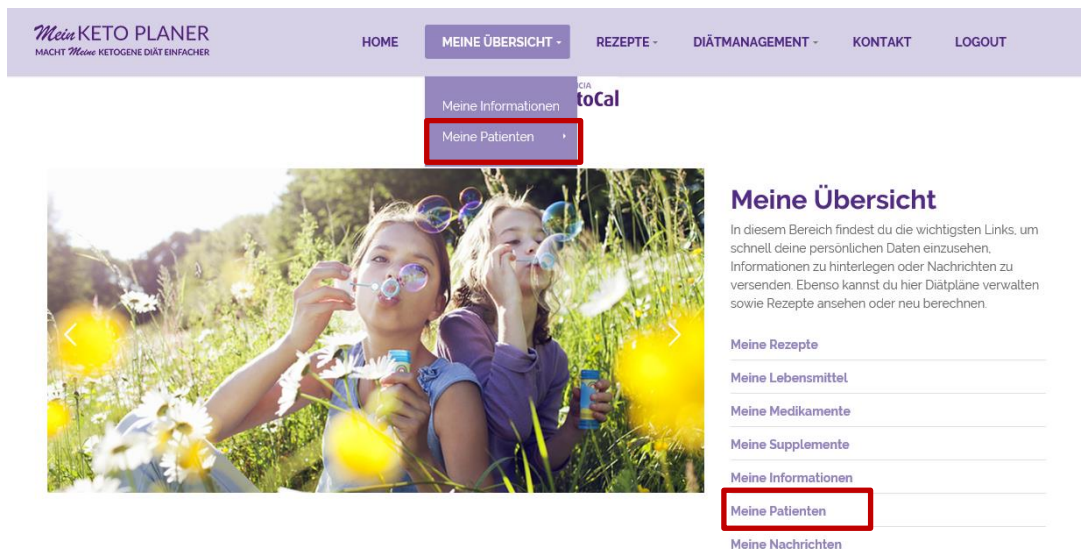
deine Patienten nutzen möchtest, entferne bitte das Häkchen.

- m. **Speichern:** Hier kannst du dein Rezept abspeichern.
- n. **Abbrechen:** Hiermit brichst du den Vorgang ab.

Wie du dieses Rezept einem Patienten zuordnen kannst, wird im Kapitel 8 beschrieben.

6. PATIENTEN AUFNEHMEN

1. Wenn sich dein Patient ebenso für „MeinKetoPlaner“ registriert hat, kann er dich als Ernährungsfachkraft auswählen. Da du bereits registriert bist, erscheinst du in der Auswahlliste, die für Patienten sichtbar ist.
2. Ein Patient, der dich als Ernährungsfachkraft auswählt, erscheint als neuer Patient in deinem Account. Das kannst du sehen, wenn du in der Hauptmenüleiste auf MEINE ÜBERSICHT und dort auf „Meine Patienten“ gehst.



3. Dort siehst du die Anfrage deines Patienten und kannst diese annehmen. Sollte sich jemand, den du nicht kennst und auch nicht behandeln möchtest, bei dir anmelden, dann lehne die Anfrage ab. Dazu kannst du den entsprechenden Button benutzen.

Patientenanfragen

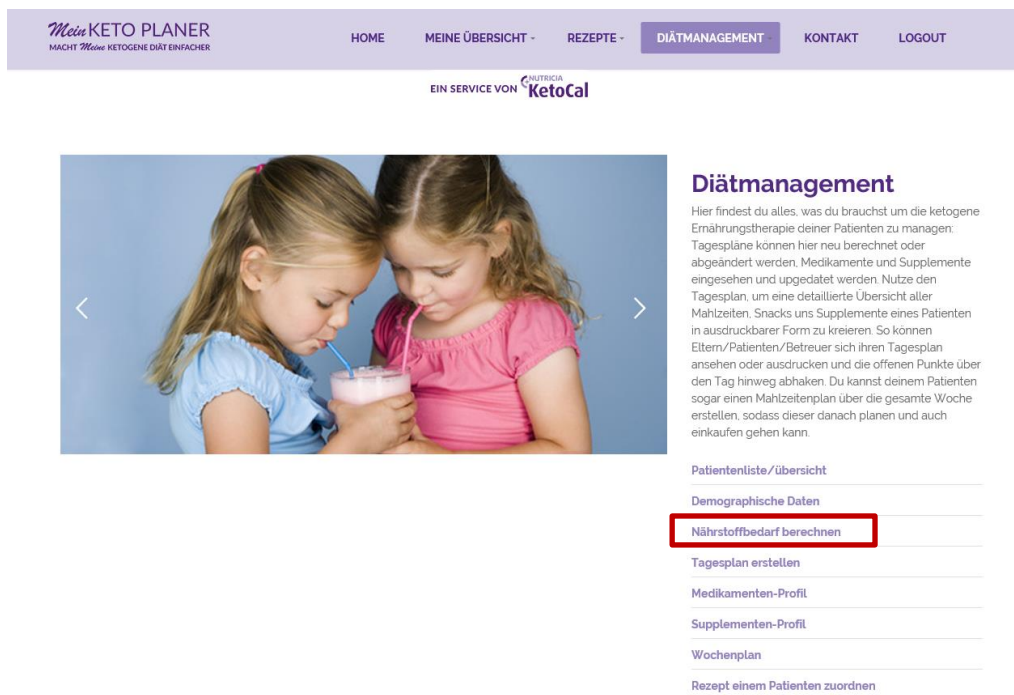
Name des Patienten	E-Mail	
Charlotte Sommer	charlotte.sommer@test.de	<input type="button" value="Annehmen"/> <input type="button" value="Ablehnen"/>

4. Wenn du den Patienten angenommen hast, erscheint er auf der darunterliegenden Liste mit deinen Patienten. Klicke auf den Namen des Patienten um ihn auszuwählen und seine Daten zu bearbeiten. Der Name erscheint nun am Anfang dieser Seite.

5. Unter dem Seitenmenü „**Demographische Daten**“ kannst du die Adresse und das Alter deines Patienten einsehen und die vorgesehene ketogene Diät eintragen, z.B. klassische KD 4:1.
6. Bevor du mit der Erstellung von Rezepten und Plänen beginnst, solltest du zuvor den Nährstoffbedarf des Patienten berechnen. *Siehe nächstes Kapitel!*

7. NÄHRSTOFFBEDARF BERECHNEN

1. Wähle auf der Hauptleiste DIÄTMANAGEMENT den Menü-Unterpunkt „**Nährstoffbedarf berechnen**“ Wenn du noch keinen Patienten oder Patientin ausgewählt hast, kannst du es auch hier tun.



The screenshot shows the website interface for 'Mein KETO PLANER'. The top navigation bar includes links for HOME, MEINE ÜBERSICHT, REZEPTE, DIÄTMANAGEMENT (highlighted), KONTAKT, and LOGOUT. Below the navigation bar, there is a section titled 'Diätmanagement' with a description of its features. To the right of the description is a list of menu items: Patientenliste/übersicht, Demographische Daten, Nährstoffbedarf berechnen (highlighted with a red box), Tagesplan erstellen, Medikamenten-Profil, Supplementen-Profil, Wochenplan, and Rezept einem Patienten zuordnen. The main image on the left shows two young girls drinking from a cup.

2. Klicke anschließend auf DIÄTPLAN NEU BERECHNEN um die diätspezifischen Angaben machen zu können. Es öffnet sich eine Maske, in die du folgende Angaben eintragen musst:
 - a. Das **Datum** des Diätplans. Es ist das aktuelle Datum eingestellt, du kannst es jedoch verändern, z.B. Tag der Einstellung eintragen.
 - b. Den **Altersbereich** deines Patienten/deiner Patientin (ausschlaggebend für die Kalorien- und Eiweißberechnung)
 - c. Erst wenn du das Wunsch**gewicht** bzw. aktuelle Gewicht eingegeben hast, berechnet der KetoPlaner eine Empfehlung für die Kalorien- und Eiweißzufuhr.

Diätplan vom:(TT.MM.JJ) <input type="text" value="16.09.16"/>	Altersbereich: <input type="text" value="2 bis unter 4 Monate (m)"/>
Aktuelles bzw. Wunsch-Gewicht:(kg)* <input type="text"/>	Empfohlene Energiezufuhr (kcal):* ¹⁾ <input type="text" value="-"/>

- d. Im weiteren Verlauf der Maske kannst du nun selbst anpassen, wieviel Kalorien dein Patient/deine Patientin pro Tag aufnehmen soll. Abhängig der in den „demografischen Daten“ eingegebenen Diätform erscheint hier ein Feld für das ketogene Verhältnis oder die Menge an Kohlenhydraten pro Tag.

Energiebedarf pro Tag (kcal):* <input type="text"/>	Ketogenes Verhältnis: <input type="text" value="11"/>
---	---

- e. Jetzt kannst du noch die Nahrungsaufnahme und die Anzahl der Mahlzeiten pro Tag bestimmen.

Nahrungsaufnahme: <input type="text" value="Oral"/>	Mahlzeiten pro Tag: <input type="text" value="3"/>
---	--

- f. Wenn du diese Angaben gemacht hast, berechnet der KetoPlaner dir den Nährstoffbedarf deines Patienten/deiner Patientin pro Tag und pro Mahlzeit. Du kannst die Angaben pro Tag manuell ändern. Die Eiweißangaben beziehen sich auf die DACH-Empfehlungen 2016.

Pro Tag	Pro Mahlzeit
Fett:* <input type="text" value="154.84"/>	Fett: <input type="text" value="51.61"/>
Eiweiß:.* ¹⁾ <input type="text" value="27"/>	Eiweiß: <input type="text" value="9"/>
Kohlenhydrate:* <input type="text" value="24.61"/>	Kohlenhydrate: <input type="text" value="8.2"/>
Ketogene Einheiten:* <input type="text" value="51.61"/>	Ketogene Einheiten: <input type="text" value="17.2"/>

- g. Nun solltest du den Plan nur noch speichern! Diese Möglichkeit findest du im oberen Teil der Seite „ÄNDERUNGEN SPEICHERN“.

NÄHRSTOFFBEDARF NEU BERECHNEN

ÄNDERUNGEN SPEICHERN

Wichtig: Erst nachdem du die Berechnung des Nährstoffbedarfs durchgeführt hast, kann der Patient eigene Rezepte speichern bzw. die ihm von dir zugeordneten Rezepte einsehen.

8. REZEPT EINEM PATIENTEN ZUORDNEN

1. Willst du ein Rezept einem deiner Patienten zuordnen, dann kannst du es bei jedem Rezept aus der REZEPTESSAMMLUNG einfach über einen Klick auf die Schaltfläche REZEPT EINEM PATIENTEN ZUORDNEN tun.

Mein KETO PLANER
MACHT Meine KETOGENE DIÄT EINFACHER

HOME MEINE ÜBERSICHT - REZEPTE - DIÄTMANAGEMENT - KONTAKT LOGOUT

Rezeptsammlung

Nutricia Rezepte

Rezeptsammlung

Eigene Rezepte

Avocado-Vanille-Creme (3:1)

Autor: Nutricia KetoCal

Druck-Version

Zutaten:

50 g Avocado

40 g KetoCal 4:1 LO Vanille

Zubereitung:

Avocado schälen. Avocado und KetoCal LO Vanille in ein hohes Rührgefäß abwiegen und pürieren. Nach Bedarf mit Süßstoff abschmecken.

Nährwerte (gesamt):

Kohlenhydrate: 2,01 g
Kalorien: 129 kcal
Fett: 12,17 g
Eiweiß: 1,93 g
Ketogenes Verhältnis: 3:1

Tags:

Ketocal LO Vanille Snack Dessert Frühstück


EIGENEN REZEPTEN HINZUFÜGEN

REZEPT EINEM PATIENTEN ZUORDNEN

*Durch den Benutzer hinzugefügte Zutaten: Nutzungsbedingungen

Bewerte:

★★★★★



Bei diesem Rezept handelt es sich um einen Snack. Dieser kann im Rahmen einer ketogenen Ernährungstherapie mit einer klassischen ketogenen Diät im Verhältnis 3:1 eine Mahlzeit oder Teil einer Mahlzeit darstellen. Die ketogene Ernährungstherapie wird unter ärztlicher Aufsicht durchgeführt.

Ratio:
3:1

2. Nach dem Anklicken der Schaltfläche REZEPT EINEM PATIENTEN ZUORDNEN öffnet sich eine neue Seite. Hier wirst du aufgefordert den Patienten auszuwählen, dem das Rezept zugeordnet werden soll.

Weise einem Patient ein oder mehrere Rezepte zu

Aktuelle(r) Patient

(in) / Alter:

--- Patient auswählen ---



3. Du siehst daraufhin in der Tabelle darunter die Nährstoffanforderungen deines Patienten pro Mahlzeit und die Nährstoffzusammensetzung des ausgewählten Rezepts. Du kannst nun entscheiden, ob dieses Rezept für den Patienten/die Patientin geeignet ist und es speichern. Änderungen des Rezepts kannst du anschließend über das Menü DIÄTMANAGEMENT unter „Patienten Rezepte“ tun. Dafür muss vorher die Klickbox „Möchtest du das ausgeählte Rezept...“ vor dem Speichern angeklickt werden (siehe Punkt 6).
4. Zum Menüpunkt „Rezept einem Patienten zuordnen“ kannst du auch kommen, wenn du in der Hauptmenüleiste DIÄTMANAGEMENT anklickst. Du findest ihn in dem Menü auf der rechten Seite.

The screenshot shows the KetoPlaner website interface. At the top, there is a navigation bar with the logo 'Mein KETO PLANER' and the tagline 'MACHT Meine KETOGENE DIÄT EINFACHER'. The navigation bar includes links for HOME, MEINE ÜBERSICHT, REZEPTE, DIÄTMANAGEMENT (highlighted), KONTAKT, and LOGOUT. Below the navigation bar, the user is logged in as 'Patient(in) Christina Grimm'. The main content area features a large image of two young girls drinking from a cup. To the right of the image, the 'Diätmanagement' section is visible, with a description of the service and a list of menu items: Patientenliste / übersicht, Demographische Daten, Nährstoffbedarf berechnen, Tagesplan erstellen, Medikamenten-Profil, Supplementen-Profil, and Wochenplan. The 'Rezept einem Patienten zuordnen' option is highlighted with a red box.

5. Unter dem Dropdown „Rezepte“ kannst du auch auf diesem Weg eines der vielen Rezepte im KetoPlaner auswählen um es anschließend an die Diätanforderungen deines Patienten anzupassen. Bitte vergiss hierfür nicht, vor dem Speichern über die Taste REZEPT HINZUFÜGEN das Häkchen für die Weiterbearbeitung zu setzen. Nun ist das Rezept auch für den Patienten sichtbar.

Aktuelle(n) Patient(in)/Alter:

Klaus Mustermann , 8 Jahre 1 Monate

Empfohlene Nährstoffzufuhr pro Mahlzeit:

Kalorien (kcal):	Fett (g):	Eiweiß (g):	Kohlenhydrate (g):	Ketogene Einheiten:	Ketogenes Verhältnis:

Rezepte:

Avocado-Vanille-Creme (4:1)

Ausgewähltes Rezept:

Kalorien (kcal):	Fett (g):	Eiweiß (g):	Kohlenhydrate (g):	Ketogene Einheiten:	Ketogenes Verhältnis:
236	23,71	3,23	2,44	5,67	4:1

Beschreibung:

☒ Möchtest du das ausgewählte Rezept zur weiteren Bearbeitung einem Patienten zuordnen? Er wird es unter "Eigene Rezepte" einsehen können.

REZEPT HINZUFÜGEN

9. PATIENTENREZEPT BERECHNEN

1. Wenn deinem Patienten/deiner Patientin bereits ein Rezept zugeordnet ist, kannst du es unter „Patienten Rezepte“ einsehen und anpassen. Du findest diesen Menüpunkt im Haupt- oder Seitenmenü unter DIÄTMANAGEMENT:

The screenshot shows the 'Mein KETO PLANER' interface. At the top, there is a navigation bar with 'HOME', 'MEINE ÜBERSICHT', 'REZEPTE', 'DIÄTMANAGEMENT', 'KONTAKT', and 'LOGOUT'. The 'DIÄTMANAGEMENT' menu is open, and 'Patienten Rezepte' is highlighted with a red box. Below the navigation bar, the user is logged in as 'Klaus Mustermann'. The main heading is 'Weise einem Patient ein oder mehrere Rezepte zu'. There is a dropdown for 'Aktuelle(r) Patientin/Alter:' showing 'Klaus Mustermann, 8 Jahre 1 Monate'. Below this is a table for 'Empfohlene Nährstoffzufuhr pro Mahlzeit:' with columns for Kalorien (kcal), Fett (g), Eiweiß (g), Kohlenhydrate (g), Ketogene Einheiten, and Ketogenes Verhältnis. The values are 400, 40, 6, 4, 10, and 4:1 respectively. Below the table is a 'Rezepte:' dropdown showing 'Eigene Rezepte'. Underneath is 'Ausgewähltes Rezept:' with a table for the selected recipe. Below that is a 'Beschreibung:' text area. At the bottom, there is a checkbox 'Möchtest du das ausgewählte Rezept zur weiteren Bearbeitung einem Patienten zuordnen? Er wird es unter "Eigene Rezepte" einsehen können.' and a 'REZEPT HINZUFÜGEN' button. On the right side, there is a sidebar with 'Patientenliste' and 'Nährstoffbedarf berechnen' highlighted with red boxes.

2. Wenn du „Patienten Rezepte“ angeklickt hast, gelangst du in den Bereich deines Patienten/deiner Patientin. Hier siehst du die Rezepte, die du zugeordnet hast aber auch die, die der Patient berechnet hat. Du kannst nun ein Rezept auswählen und es anpassen. Unter „Ziel“ werden die Anforderungen deines Patienten/deiner Patientin angezeigt.

Spinat roh	g	20	0,06	0,56	0,12	4,4	0,68		
Zwiebeln	g	5	0,01	0,06	0,25	1,5	0,31		
		Summe	22,44	4,30	3,23	229	7,53	2,981	
		Ziel	40	6	4	400	10	41	Weitere hinzuf. ▼

3. Verfahre weiter wie in Kapitel 4. Anschließend kannst du das Rezept verifizieren. Dazu mehr im nächsten Kapitel.

10. PATIENTENREZEPT VERIFIZIEREN

1. Die von einem Patienten eingestellten Rezepte könnte auf ihre Richtigkeit überprüft werden.
2. Wähle MEINE ÜBERSICHT in der Hauptmenüleiste.

3. Wähle „Meine Patienten“ im Seitenmenü
4. Wähle den entsprechenden Patienten aus und gehe auf „Patienten Rezepte“
5. Es erscheint eine Liste der Patientenrezepte. Hier erscheinen auch Rezepte, die der Patient selbst unter „Eigene Rezepte“ gespeichert hat. Mit einem Klick auf das Zeichen rechts vom Rezept kannst du das Rezept verifizieren. Das Kreuz wird zum Häkchen. Außerdem kannst du das Rezept bearbeiten und anschließend als „überprüft“ markieren. Wähle dafür das Icon mit dem Stift aus.

Patient(in): Christina Meyer

Dein aktueller Patient / Alter : Christina Meyer, 1 Jahre 1 Monate

Rezeptsuche:

SUCHE

Rezept	überprüft	Bearbeiten
Schokolade 31		
Spargel-Frittata 31		
KetoCal 4:1 LQ Erdbeer Smoothie (4:1)		

11. LEBENSMITTEL EINGEBEN


- Um ein neues Lebensmittel einzugeben gehe über das Hauptmenü und wähle MEINE ÜBERSICHT. Im Seitenmenü findest du den Unterpunkt „Meine Lebensmittel“.

Mein KETO PLANER
MACHT MEINE KETOGENE DIÄT EINFACHER

HOME
MEINE ÜBERSICHT
REZEPTE
DIÄTMANAGEMENT
KONTAKT
LOGOUT

EIN SERVICE VON NUTRICIA KetoCal

Patient(in): Christina Grimm



Meine Übersicht

In diesem Bereich findest du die wichtigsten Links, um schnell deine persönlichen Daten einzusehen, Informationen zu hinterlegen oder Nachrichten zu versenden. Ebenso kannst du hier Diätpläne verwalten sowie Rezepte ansehen oder neu berechnen.

Meine Rezepte

Meine Lebensmittel
Meine Medikamente

- Du siehst eine Auflistung deiner Lebensmittel und eine Menü-Maske, um ein neues einzugeben. Fülle die vorhanden bzw. relevanten Nährwertangaben ein. Energie, Eiweiß, Kohlenhydrate und Fett sollten auf jeden Fall ausgefüllt sein. Sie sind auch mit einem „Pflicht“-Sternchen gekennzeichnet.

Meine Lebensmittel

Lebensmittel	Teilen	Bearbeiten	Löschen
Chia (Benutzer-Daten*)	✕		
Fresh up light Pfirsich Maracuja (Benutzer-Daten*)	✕		
Testnudel (Benutzer-Daten*)	✓		

Lebensmittel: *	<input type="text"/>	Eiweiß (Protein) g/100g: *	<input type="text"/>
Fett g/100g: *	<input type="text"/>	Kohlenhydrate, resorbierbar g/100g: *	<input type="text"/>
Energie mit Energie aus Ballaststoffen (Kilokalorien) kcal/100g: *	<input type="text"/>	Energie mit Energie aus Ballaststoffen (Kilojoule) kJ/100g:	<input type="text"/>

3. Speichern nicht vergessen! Danach kannst du die von dir erstellten Lebensmittel mit anderen teilen, bearbeiten oder auch löschen. Dazu benutze die schon bekannten Symbole in der Tabelle!

Lebensmittel	Teilen	Bearbeiten	Löschen
Chia (Benutzer-Daten*)			
Fresh up light Pfirsich Maracuja (Benutzer-Daten*)			
Testnudel (Benutzer-Daten*)			

12. SUPPLEMENT EINGEBEN

- Um ein neues Supplement einzugeben gehe über das Hauptmenü und wähle MEINE ÜBERSICHT. Im Seitenmenü findest du den Unterpunkt „Meine Supplemente“.



Meine Übersicht

In diesem Bereich findest du die wichtigsten Links, um schnell deine persönlichen Daten einzusehen, Informationen zu hinterlegen oder Nachrichten zu versenden. Ebenso kannst du hier Diätpläne verwalten sowie Rezepte ansehen oder neu berechnen.

Meine Rezepte

Meine Lebensmittel

Meine Medikamente

Meine Supplemente

Meine Informationen

Meine Patienten

Meine Nachrichten

- Es öffnet sich die Liste deiner Supplemente, die du mit anderen teilen, bearbeiten und löschen kannst.

Meine Supplementen-Datenbank

Hier hast du die Möglichkeit Supplemente deiner Patienten einzugeben. Du kannst hier auch die Supplementen-Daten anderer Nutzer einsehen und speichern. Wir empfehlen jedoch den Gehalt an Kohlenhydraten über den Hersteller bestätigen zu lassen. Nutricia übernimmt keine Garantie für die Richtigkeit der Daten.

Meine gespeicherten Supplemente

Supplement	Teilen	Bearbeiten	Löschen
Supplement 2	✓		
Supplement 1	✗		
Supplement 3	✗		

- Darunter liegt eine Eingabemaske für ein neues Supplement, die du entsprechend der Zusammensetzung ausfüllen kannst.

Name des Supplements: Dosis:

Einheit: Kohlenhydrate mg/Dosis:

Mit anderen teilen: ☐

Vitamine, Mineralstoffe u.a.	Gehalt pro Dosis	Löschen
<input type="text" value="Auswählen"/>	<input type="text" value="0"/>	
<input type="text" value="Auswählen"/>	<input type="text" value="0"/>	

4. Den Gehalt an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen kannst du in der unteren Tabelle hinzufügen. Dazu wählst du mit dem Dropdown den Nährstoff und gibst den Gehalt pro Dosis ein. Im Beispiel unten ist die Dosis 100g.

Vitamine, Mineralstoffe u.a.	Gehalt pro Dosis	Löschen
<input type="text" value="Auswählen"/>	<input type="text" value="0"/>	
ARA (Omega 6) mg	<input type="text" value="0"/>	
Ballaststoffe g	<input type="text" value="0"/>	
Calcium g	<input type="text" value="0"/>	
Chlorid g	<input type="text" value="0"/>	
Chrom µg	<input type="text" value="0"/>	
DHA (Omega 3) mg	<input type="text" value="0"/>	
Eisen mg	<input type="text" value="0"/>	
EPA (Omega 3) mg	<input type="text" value="0"/>	
Fluorid µg	<input type="text" value="0"/>	
Inosit mg	<input type="text" value="0"/>	
Iodid µg	<input type="text" value="0"/>	
Kalium g	<input type="text" value="0"/>	
Kupfer mg	<input type="text" value="0"/>	
L-Carnitin mg	<input type="text" value="0"/>	
Magnesium g	<input type="text" value="0"/>	
Mangan mg	<input type="text" value="0"/>	
Molybdän µg	<input type="text" value="0"/>	
Natrium g	<input type="text" value="0"/>	
Phosphor g	<input type="text" value="0"/>	
Selen µg	<input type="text" value="0"/>	
Taurin mg	<input type="text" value="0"/>	
Vitamin A Retinoläquivalent µg	<input type="text" value="0"/>	
Vitamin B1 Thiamin µg	<input type="text" value="0"/>	
Vitamin B12 Cobalamin µg	<input type="text" value="0"/>	
Vitamin B2 Riboflavin µg	<input type="text" value="0"/>	
Vitamin B3 Niacinäquivalent µg	<input type="text" value="0"/>	
Vitamin B5 Pantothersäure µg	<input type="text" value="0"/>	
Vitamin B6 Pyridoxin µg	<input type="text" value="0"/>	
Vitamin B7 Biotin µg	<input type="text" value="0"/>	

5. Speichern nicht vergessen!
6. Ganz unten auf dieser Seite zeigt dir eine Tabelle die Supplemente anderer Nutzer. Du kannst sie deiner Supplementen-Datenbank hinzufügen, indem du auf das Zeichen „Kopie“ gehst.

Supplemente anderer Nutzer

Supplement	Dosis	Einheit	KH-Gehalt	Vit&Min.	Kopie
test (andere Nutzer*)	100	Beutel	100	(siehe Details)	

13. MEDIKAMENT EINGEBEN

- Um ein neues Medikament einzugeben, gehe über die Hauptmenüleiste und wähle MEINE ÜBERSICHT. Im Seitenmenü findest du den Unterpunkt „Meine Medikamente“



Meine Übersicht

In diesem Bereich findest du die wichtigsten Links, um schnell deine persönlichen Daten einzusehen, Informationen zu hinterlegen oder Nachrichten zu versenden. Ebenso kannst du hier Diätpläne verwalten sowie Rezepte ansehen oder neu berechnen.

Meine Rezepte

Meine Lebensmittel

Meine Medikamente

Meine Supplemente

Meine Informationen

Meine Patienten

Meine Nachrichten

- Es öffnet sich eine Liste der von dir eingegebenen Medikamente. Du kannst sie, wie du es schon von den anderen Datenbanken kennst, mit anderen teilen, bearbeiten und löschen.

Meine gespeicherten Medikamente

Medikamente	Teilen	Bearbeiten	Löschen
Medikament A	✓		
Medikament B	✗		

- Darunter liegt eine Eingabemaske für ein neues Medikament, die du entsprechend der Zusammensetzung ausfüllen kannst.


Medikamenten Name:

Dosis: Einheit: Auswählen

Kohlenhydrate mg/Dosis: Mit anderen teilen: ☐

- Speichern nicht vergessen!
- Ganz unten auf dieser Seite zeigt dir eine Tabelle die Medikamente, die andere Nutzer eingegeben haben. Du kannst sie deiner Medikamenten-Datenbank hinzufügen, indem du auf das Zeichen „Kopie“ gehst.

Medikamente anderer Nutzer

Medikamente	Dosis	Einheit	Kohlenhydrate mg/Dosis	Kopie
Test 1 (andere Nutzer)	5.5	g	40.8	

14. MEDIKAMENTE/SUPPLEMENTE EINEM PATIENTEN ZUORDNEN

1. Du kannst Medikamente und Supplemente aus deiner Datenbank deinen Patienten zuordnen.
2. Wähle MEINE ÜBERSICHT in der Hauptmenüleiste

3. Wähle „Meine Patienten“ im Seitenmenü

Patient(in): Klaus Mustermann

EIN SERVICE VON **KetoCal**

Patientenliste

Nachrichten von Eltern/Patienten/Betreuern akzeptieren? ☒ Ja ☐ Nein




SPEICHERN

Patientensuche...

Patientenanfragen

Kein Patient gefunden

Patientenliste

Name des Patienten/Elternteils/Betreuers	E-Mail	Löschen
Robert Meyer		
Klaus Mustermann		
Hans Peter		

Diätmanagement

Hier findest du alles, was du brauchst um die ketogene Ernährungstherapie deiner Patienten zu managen. Tagespläne können hier neu berechnet oder abgeändert werden. Medikamente und Supplemente eingesehen und upgedatet werden. Nutze den Tagesplan, um eine detaillierte Übersicht aller Mahlzeiten, Snacks und Supplemente eines Patienten in ausdrückbarer Form zu kreieren. So können Eltern/Patienten/Betreuer sich ihren Tagesplan ansehen oder ausdrucken und die offenen Punkte über den Tag hinweg abhaken. Du kannst deinem Patienten sogar einen Mahlzeitenplan über die gesamte Woche erstellen, sodass dieser danach planen und auch einkaufen gehen kann.

Patientenliste/-übersicht

Demographische Daten

Nährstoffbedarf berechnen

Tagesplan erstellen

Medikamenten-Profil

Meine Medikamenten-Datenbank

Supplementen-Profil

Meine Supplementen-Datenbank

Patienten Rezepte

4. Wähle den entsprechenden Patienten aus deiner Liste und gehe auf „Medikamenten-Profil“
5. Hier können Medikamente aus deiner eigenen Datenbank dem entsprechenden Patienten zugeordnet werden und mit entsprechender Dosierung eingepflegt werden. Klicke hierfür auf die Taste PRODUKT HINZUFÜGEN. Es öffnet sich ein Fenster mit deiner Medikamenten-Datenbank. Wähle eins durch Anklicken aus und speichere deine Wahl. Danach bekommst du die Möglichkeit, die Dosierung anzugeben.

Patient(in): **Klaus Mustermann**

Produkt hinzufügen

Stelle ein Medikamenten-Profil für Klaus Mustermann , 8 Jahre 1 Monate zusammen.

SPEICHERE DAS PRODUKT / DIE PRODUKTE

Um mehrere Produkte gleichzeitig einzufügen, halte die STRG-Taste während des Auswahlvorgangs gedrückt

Medikament A
Medikament B

Aktuelle(r) Patient(in)/Alter:

Klaus Mustermann , 8 Jahre 1 Monate

Wichtige Informationen bzgl. des Medikamenten-Profiles:

1. Um ein Produkt aus dem Medikamenten-Profil zu entfernen wird ein Häkchen neben dem Produktnamen in der Spalte "LÖSCHEN?" gesetzt.
2. Beim Sprung zum nächsten Feld wird automatisch die Berechnung der Kohlenhydrate ausgeführt.
3. Um Produktänderungen oder die Löschung eines Produktes zu sichern, muss der SPEICHERN-Button angeklickt werden.
4. Die Medikamentenwerte werden erst neu kalkuliert, wenn der SPEICHERN-Button angeklickt wurde.

☒ Mache diese Seite für Patienten/Eltern/Betreuer sichtbar.

PRODUKT HINZUFÜGEN

ÄNDERUNGEN SPEICHERN

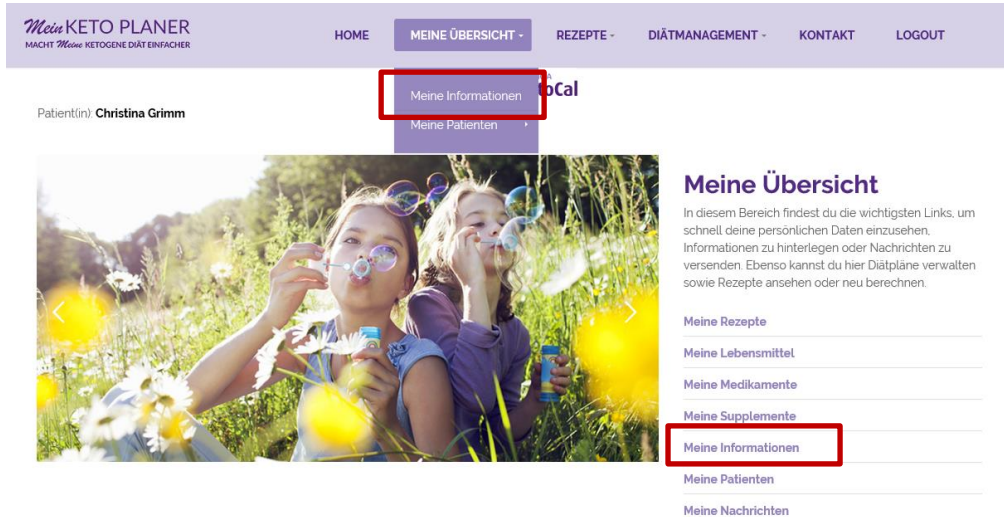
ZURÜCKSETZEN

Löschen?	Medikamenten Name	Dosis	Einheit	Kohlenhydratgehalt (mg)
<input type="checkbox"/>	Medikament A	20	Tropfen	40
Zwischensumme des Kohlenhydratgehalts - Medikamente				40
Zwischensumme des Kohlenhydratgehalts - Supplemente				0
Gesamtsumme des Kohlenhydratgehaltes - Medikamente & Supplemente				40

6. Änderungen bzw. Ergänzungen müssen abschließend gespeichert werden.

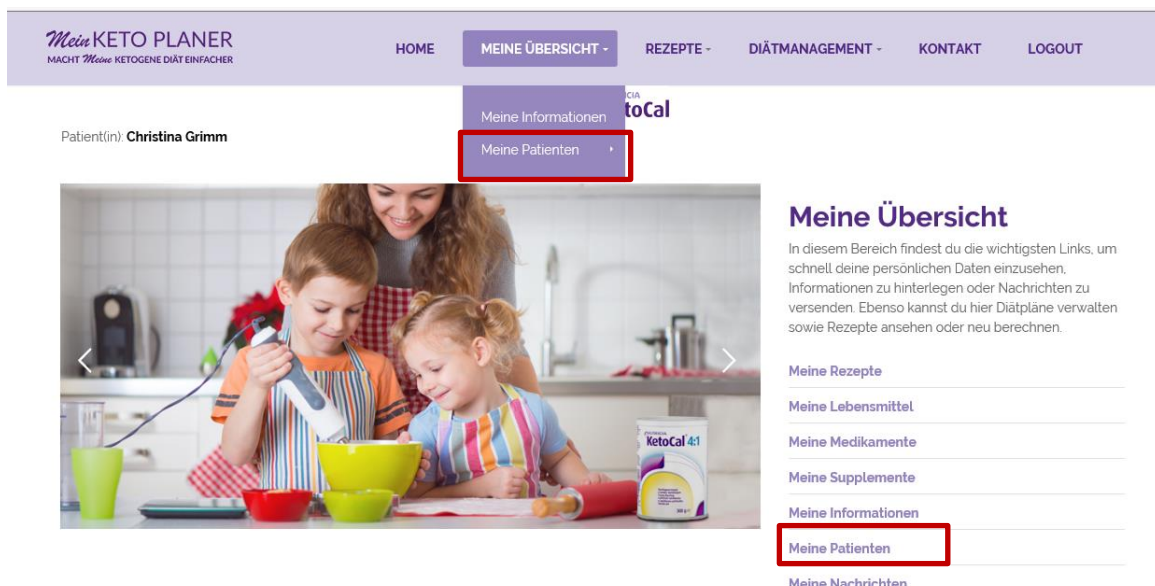
15. EIGENE INFORMATIONEN ÄNDERN

1. Wenn du die Informationen, die du bei der Registrierung angegeben hast, ändern willst, kannst du es über den Menü-Unterpunkt MEINE INFORMATIONEN tun.



16. PATIENTENINFORMATIONEN ÄNDERN

1. Wenn du die Informationen deiner Patienten ändern willst, z.B. das ketogene Verhältnis oder eine neuen Adresse, so gehe über den Menü-Unterpunkt MEINE PATIENTEN zur Auswahl deiner Patienten und wähle den gewünschten aus, indem du auf seinen/ihren Namen in der Tabelle klickst.



2. Gehe dann zu dem Menü-Unterpunkt „Demographische Daten“. Dort kannst du die entsprechenden Änderungen, wie das ketogene Verhältnis, vornehmen. Speichern nicht vergessen.

17. TAGESPLAN ERSTELLEN

1. Wähle im „Diätmanagement“ den Unterpunkt „Tagesplan erstellen“ aus.



Diätmanagement

Hier findest du alles, was du brauchst um die ketogene Ernährungstherapie deiner Patienten zu managen: Tagespläne können hier neu berechnet oder abgeändert werden, Medikamente und Supplemente eingesehen und upgedatet werden. Nutze den Tagesplan, um eine detaillierte Übersicht aller Mahlzeiten, Snacks und Supplemente eines Patienten in ausdrückbarer Form zu kreieren. So können Eltern/Patienten/Betreuer sich ihren Tagesplan ansehen oder ausdrucken und die offenen Punkte über den Tag hinweg abhaken. Du kannst deinem Patienten sogar einen Mahlzeitenplan über die gesamte Woche erstellen, sodass dieser danach planen und auch einkaufen gehen kann.

[Patientenliste/übersicht](#)

[Demographische Daten](#)

[Nährstoffbedarf berechnen](#)

[Tagesplan erstellen](#)

[Medikamenten-Profil](#)

[Supplementen-Profil](#)


[Wochenplan](#)


[Rezept einem Patienten zuordnen](#)

2. Wähle nun einen Patienten aus deiner Liste aus und gehe anschließend auf „Neuen Tagesplan erstellen“.

Tagesplan erstellen

Aktuelle(r) Patient(in)/Alter:

--- Patient auswählen --- 



NEUEN TAGESPLAN ERSTELLEN

3. Unter „Tagesplan – Verlauf“ siehst du alle bisher für diesen Patienten abgespeicherten Tagespläne.
4. Für einen neuen Tagesplan klicke nochmals auf „Neuen Tagesplan erstellen“
5. Gebe das Datum für den Tagesplan ein, falls es vom heutigen Datum abweicht (a).

6. In der unteren Zeile siehst du die im Diätplan des Patienten festgelegten Mengen an Makronährstoffen, die Energiezufuhr, sowie ggf. das ketogene Verhältnis (b). Außerdem kannst du hier weitere Mahlzeiten zum Tagesplan hinzufügen.

Tagesplan vom: (TT.MM.JJJJ) *

a) 13.11.2018

Mahlzeit einfügen	hinzufügen	Auswahl	Einheit	Menge	Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (kcal)	Eiweiß und Kohlenhydrate insgesamt (g)	ketogenes Verhältnis	Löschen
Frühstück	select			0	0	0	0	0	0		
Frühstück					0,00	0,00	0,00	0	0,00	0:1	
Mittagessen					0,00	0,00	0,00	0	0,00	0:1	
Abendessen					0,00	0,00	0,00	0	0,00	0:1	
Zwischenmahlzeit					0,00	0,00	0,00	0	0,00	0:1	
Summe					0,00	0,00	0,00	0	0,00	0:1	
Ziel					216,98	36	50,79	2300	86,79	2,5:1	

b)

TAGESPLAN SPEICHERN

7. In der ersten Spalte kannst du die Art von Mahlzeit auswählen (a).

In der zweiten Spalte wählst du aus, ob ein Rezept, ein Lebensmittel oder ein Supplement in den Tagesplan eingefügt werden soll (b).

Tagesplan vom: (TT.MM.JJJJ) *

13.11.2018

a)

Mahlzeit einfügen	hinzufügen	Auswahl	Einheit	Menge	Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (kcal)	Eiweiß und Kohlenhydrate insgesamt (g)	ketogenes Verhältnis	Löschen
Frühstück	select			0	0	0	0	0	0		
Mittagessen	select			0	0	0	0	0	0		
Zwischenmahlzeit	select			0	0	0	0	0	0		
Abendessen	select			0	0	0	0	0	0		
Frühstück					0,00	0,00	0,00	0	0,00	0:1	
Mittagessen					0,00	0,00	0,00	0	0,00	0:1	
Abendessen					0,00	0,00	0,00	0	0,00	0:1	
Zwischenmahlzeit					0,00	0,00	0,00	0	0,00	0:1	
Summe					0,00	0,00	0,00	0	0,00	0:1	
Ziel					216,98	36	50,79	2300	86,79	2,5:1	

- i. Ein Rezept einfügen

Um ein Rezept einzufügen, gib die Anfangsbuchstaben des gesuchten Rezeptes ein. Dadurch öffnet sich automatisch die Auswahl.

Folgende Rezepte können hier nun eingefügt werden:

- Rezepte aus deiner eigenen Sammlung (dein Name erscheint in Klammern)
- Rezepte aus der Sammlung deines Patienten (der Name des Patienten erscheint in Klammern)
- Rezepte deines Patienten, die du bereits überprüft hast (in Klammern erscheint der Begriff *überprüft*)
- Rezepte, die du deinem Patienten zugeordnet hast (in Klammern erscheint der Begriff *zugeordnet* [siehe hierzu auch „Rezept einem Patienten zuordnen“])

Tagesplan vom: (TT.MM.JJJJ) *

13.11.2018

Mahlzeit einfügen	hinzufügen	Auswahl	Einheit	Menge	Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (kcal)	Eiweiß und Kohlenhydrate insgesamt (g)	ketogenes Verhältnis	Löschen
Frühstück	Rezept	Spu		0	0	0	0	0	0		
Mittagessen	select	Spundekäs Mainzer Art (MAD)(Tina Rudersdorf)			0	0	0	0	0		
Zwischen	select	Spundekäs Mainzer Art (MAD)(zugeordnet)			0	0	0	0	0		
Abendessen	select			0	0	0	0	0	0		
Frühstück					0.00	0.00	0.00	0	0.00	0.1	
Mittagessen					0.00	0.00	0.00	0	0.00	0.1	
Abendessen					0.00	0.00	0.00	0	0.00	0.1	
Zwischenmahlzeit					0.00	0.00	0.00	0	0.00	0.1	
Summe					0.00	0.00	0.00	0	0.00	0.1	
Ziel					216.98	36	50.79	2300	86.79	2.51	

Durch die Auswahl eines Rezeptes erscheint automatisch die Einheit „Portion“. Gib nun die Portionsmenge an, um Makronährstoffe und Energie des eingefügten Rezeptes berechnen zu lassen. Beachte dabei, dass die Portionsgröße in dem ausgewählten Rezept korrekt ist.

Mahlzeit einfügen	hinzufügen	Auswahl	Einheit	Menge	Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (kcal)	Eiweiß und Kohlenhydrate insgesamt (g)	ketogenes Verhältnis	Löschen
Frühstück	Rezept	Spundekäs Mainzer Art (MAD)	Portion	1	191.41	30.46	41.02	2026	71.48		

ii. Ein Lebensmittel einfügen

Um ein Lebensmittel einzufügen, gib die Anfangsbuchstaben des gesuchten Lebensmittels ein. Dadurch öffnet sich automatisch die Auswahl, die auf dem Bundeslebensschlüssel (BLS) basiert.

Wusstest du schon? Auch die Nutricia-Produkte sind in der Lebensmitteldatenbank eingegeben und können hier verwendet werden!

Tagesplan vom: (TT.MM.JJJJ) *

13.11.2018

Mahlzeit einfügen	hinzufügen	Auswahl	Einheit	Menge	Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (kcal)	Eiweiß und Kohlenhydrate insgesamt (g)	ketogenes Verhältnis	Löschen
Frühstück	Rezept	Spundekäs Mainzer Art (MAD)	Portion	1	191.41	30.46	41.02	2026	71.48		
Mittagessen	Lebensmi	Avocado		0	0	0	0	0	0		
Zwischen	select	Avocado		0	0	0	0	0	0		
Abendessen	select	Avocado gegart		0	0	0	0	0	0		
		Avocado Konfitüre		0	0	0	0	0	0		
		Avocado Konzentrat		0	0	0	0	0	0		
Frühstück		Avocado roh			191.41	30.46	41.02	2026	71.48	2.68:1	
Mittagessen		Avocado roh mit			0.00	0.00	0.00	0	0.00	NaNo:1	
Abendessen					0.00	0.00	0.00	0	0.00	0.1	
Zwischenmahlzeit					0.00	0.00	0.00	0	0.00	0.1	
Summe					191.41	30.46	41.02	2026	71.48	2.68:1	
Ziel					216.98	36	50.79	2300	86.79	2.51	

Durch die Auswahl eines Lebensmittels erscheint automatisch die entsprechende Einheit in g oder mL. Gib nun die Menge des eingefügten Lebensmittels an, um Makronährstoffe und Energie des eingefügten Lebensmittels berechnen zu lassen.

Tagesplan vom: (TT.MM.JJJJ) *

17.10.2018

Mahlzeit einfügen	hinzufügen	Auswahl	Einheit	Menge	Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (kcal)	Eiweiß und Kohlenhydrate insgesamt (g)	ketogenes Verhältnis	Löschen
Frühstück	Rezept	Spundekäs Mainzer Art (MAD)	Portion	1	191.41	30.46	41.02	2026	71.48		
Mittagess	Lebensmi	Avocado roh	g	100	12.50	1.37	3.55	138	4.92		

iii. Ein Supplement eingeben

Um ein Supplement einzufügen, gib die Anfangsbuchstaben des gewünschten Supplementes ein. Dadurch öffnet sich automatisch die Auswahl, die auf dem Supplementen-Profil deines Patienten basiert (siehe auch „Supplementenprofil“).

Tagesplan vom: (TT.MM.JJJJ) *

13.11.2018

Mahlzeit einfügen	hinzufügen	Auswahl	Einheit	Menge	Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (kcal)	Eiweiß und Kohlenhydrate insgesamt (g)	ketogenes Verhältnis	Löschen
Frühstück	Rezept	Spundekäs Mainzer Art (MAD)	Portion	1	191.41	30.46	41.02	2026	71.48		
Mittagess	Lebensmi	Avocado roh	g	100	12.50	1.37	3.55	138	4.92		
Zwischen	Suppleme	supp		0	0	0	0	0	0		
Abendess	select	Supplement-Test		0	0	0	0	0	0		
Frühstück Mittagessen Abendessen Zwischenmahlzeit Summe Ziel					191.41 12.50 0.00 0.00 203.91 216.98	30.46 1.37 0.00 0.00 31.83 36	41.02 3.55 0.00 0.00 44.57 50.79	2026 138 0 0 2164 2300	71.48 4.92 0.00 0.00 76.40 86.79	2.681 2.541 0.1 0.1 2.671 2.51	Weitere hinzufü

Durch die Auswahl eines Supplementes erscheint automatisch die entsprechende Einheit. Gib nun die Menge des eingefügten Supplementes an, um Makronährstoffe und Energie des eingefügten Supplementes berechnen zu lassen.

Tagesplan vom: (TT.MM.JJJJ) *

07.11.2018

Mahlzeit einfügen	hinzufügen	Auswahl	Einheit	Menge	Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (kcal)	Eiweiß und Kohlenhydrate insgesamt (g)	ketogenes Verhältnis	Löschen
Frühstück	Rezept	Spundekäs Mainzer Art (MAD)	Portion	1	191.41	30.46	41.02	2026	71.48		
Mittagess	Lebensmi	Avocado roh	g	100	12.5	1.37	3.55	138	4.92		
Zwischenr	Suppleme	Test-Supplement	ml	5	0.02	0.00	0.01	0	0.01		
Abendess	select			0	0	0	0	0	0		
Summe Ziel					203.93 198.11	31.83 58.5	44.58 20.75	2164 2100	76.41 79.25	2.671 2.51	Weitere hinzufü

Durch das Einfügen von Mahlzeiten, wird automatisch die Summe an Makronährstoffen, der Energie sowie das ketogene Verhältnis aktualisiert (a). Außerdem lässt sich auf einen Blick die durch die Mahlzeiten zugeführte Flüssigkeitsmenge ansehen (b). Sollte eine Mahlzeit aus dem Tagesplan gelöscht werden, klicke den Eimer in der letzten Spalte an (c).

Tagesplan vom: (TT.MM.JJJJ) * 13.11.2018

Mahlzeit einfügen	hinzufügen	Auswahl	Einheit	Menge	Fett (g)	Eiweiß (g)	Kohlenhydrate (g)	Kalorien (kcal)	Eiweiß und Kohlenhydrate insgesamt (g)	ketogenes Verhältnis	Löschen
Frühstück	Rezept	Spundekäs Mainzer Art (MAD)	Portion	1	191.41	30.46	41.02	2026	71.48		
Mittagessen	Lebensmittel	Avocado roh	g	100	12.50	1.37	3.55	138	4.92		
Zwischen	Supplemente	Test-Supplement	ml	5	0.00	0.00	0.00	0	0.00		
Abendessen	select			0	0	0	0	0	0		
a) Frühstück Mittagessen Abendessen Zwischenmahlzeit Summe Ziel					191.41 12.50 0.00 0.00 203.91 216.98	30.46 1.37 0.00 0.00 31.83 36	41.02 3.55 0.00 0.00 44.57 50.79	2026 138 0 0 2164 2300	71.48 4.92 0.00 0.00 76.40 86.79	2.681 2.541 0.1 0.1 2.671 2.51	Weitere hinzufügen
b) Gesamte Flüssigkeitszufuhr: 1006,64 ml											

TAGESPLAN SPEICHERN

8. Speichere den erstellten Tagesplan ab.

TAGESPLAN SPEICHERN

9. Im Verlauf erscheint nun der abgespeicherte Tagesplan.

Hier siehst du nun auf einem Blick, wann und wer den Tagesplan erstellt hat, die Kohlenhydratmenge des Tages, sowie das ketogene Verhältnis.

Ketogene Tagesplan - Verlauf :

Empfohlene Flüssigkeitszufuhr auf Basis eines Körpergewichts von kg
50 ml/kg KG/Tag = ml Zuletzt aktualisiert: 20.08.2018

Datum	Ketogenes Verhältnis	KH pro Tag (g)	Ersteller	Mikronährstoffprofil	drucken	Kopieren	Bearbeiten	Löschen
17.10.2018	2.671	44.57	christina Meyer (Fachpersonal)					

10. Du kannst diesen Tagesplan

- Ausdrucken (a)
- Kopieren (b)
- Bearbeiten (c)
- Löschen (d)
- Oder dir das Mikronährstoffprofil anzeigen lassen (e)

Ketogene Tagesplan - Verlauf :

Empfohlene Flüssigkeitszufuhr auf Basis eines Körpergewichts von kg
50 ml/kg KG/Tag = ml Zuletzt aktualisiert: 20.08.2018

Datum	Ketogenes Verhältnis	KH pro Tag (g)	Ersteller	e) Mikronährstoffprofil	a) drucken	b) Kopieren	c) Bearbeiten	d) Löschen
17.10.2018	2.671	44.57	christina Meyer (Fachpersonal)					

11. Durch das Abspeichern eines Tagesplans erscheint dieser automatisch im Wochenplan.

18. WOCHENPLAN ERSTELLEN

1. Wähle im „Diätmanagement“ den Unterpunkt „Wochenplan“ aus.

Diätmanagement

Hier findest du alles, was du brauchst um die ketogene Ernährungstherapie deiner Patienten zu managen: Tagespläne können hier neu berechnet oder abgeändert werden. Medikamente und Supplemente eingesehen und upgedatet werden. Nutze den Tagesplan, um eine detaillierte Übersicht aller Mahlzeiten, Snacks und Supplemente eines Patienten in ausdrückbarer Form zu kreieren. So können Eltern/Patienten/Betreuer sich ihren Tagesplan ansehen oder ausdrucken und die offenen Punkte über den Tag hinweg abhaken. Du kannst deinem Patienten sogar einen Mahlzeitenplan über die gesamte Woche erstellen, sodass dieser danach planen und auch einkaufen gehen kann.

Patientenliste/übersicht

Demographische Daten

Nährstoffbedarf berechnen

Tagesplan erstellen

Medikamenten-Profil

Supplementen-Profil

Wochenplan

Rezept einem Patienten zuordnen

Es erscheint eine aktuelle Monatsansicht und anhand der fett gedruckten Ziffern erkennst du, für welchen Tag es schon einen Tagesplan gibt.

Aktuelle(r) Patient(in)/Alter:

Peter Meyer, 19 Jahre 1 Monate

Rezepte: 3 pro Tag / 2300 kcal /Verhältnis 2.5:1

« November 2018 »						
Mo	Di	Mi	Do	Fr	Sa	So
29	30	31	1	2	3	4
5	6	7	8	9	10	11
12	13	14	15	16	17	18
19	20	21	22	23	24	25
26	27	28	29	30	1	2
3	4	5	6	7	8	9

Klicke auf einen beliebigen Tag, um den Diätplan für die gesamte Woche einzusehen.

2. Klicke auf einen beliebigen Tag, um den Diätplan für die gesamte Woche einzusehen.
3. Der entsprechende Wochenplan wird geöffnet.

Patient(in): **Peter Meyer**

Wochenplan

Druck-Version

Mahlzeit	Hinzugefügt	Mo 5.Nov	Di 6.Nov	Mi 7.Nov	Do 8.Nov	Fr 9.Nov	Sa 10.Nov	So 11.Nov
Frühstück	Rezept		Praline(zugeordnet)					
Frühstück	Rezept			Spundekäs Mainzer Art (MAD)(zugeordnet)				
Frühstück	Rezept		Rainer-Rezept(Tina Rudersdorf)					
Frühstück	Lebensmittel						Apfel	
Frühstück	Lebensmittel				Himbeere			
Frühstück	Lebensmittel		Avocado roh					
Frühstück	Lebensmittel			Avocado roh				
Frühstück	Lebensmittel				Quark mind. 40% Fett i. Tr.			
Frühstück	Lebensmittel					Quark mind. 40% Fett i. Tr.		
Frühstück	Rezept		test(christina)					
Mittagessen	Rezept		test(zugeordnet)					
Mittagessen	Lebensmittel			Avocado roh				
Mittagessen	Rezept				Champignon und Spinat Curry (3:1)(zugeordnet)			
Mittagessen	Rezept					Champignon und Spinat Curry (3:1)(zugeordnet)		
Abendessen	Rezept				Spundekäs Mainzer Art (MAD)(zugeordnet)			
Abendessen	Rezept					Spundekäs Mainzer Art (MAD)(zugeordnet)		
Abendessen	Lebensmittel		Butter					
Zwischenmahlzeit	Lebensmittel				KetoCal 2,5:1 LQ Vanille			
Zwischenmahlzeit	Lebensmittel					KetoCal 2,5:1 LQ Vanille		

Klicke auf die Rezepte, um direkt in die Rezeptansicht zu gelangen.

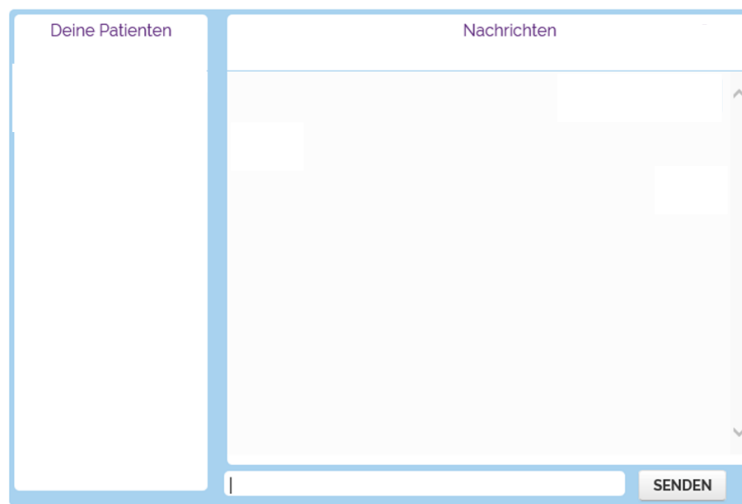
19. NACHRICHTEN VERSCHICKEN UND EMPFANGEN

1. Wähle MEINE ÜBERSICHT in der Hauptmenüleiste



2. Wähle im Seitenmenü „Meine Nachrichten“

Chatfunktion



Meine Übersicht

In diesem Bereich findest du die wichtigsten Links, um schnell deine Patientendaten einzusehen, Informationen zu hinterlegen oder Nachrichten zu versenden. Ebenso kannst du hier Diätpläne verwalten sowie Rezepte ansehen oder neu berechnen.

Meine Rezepte

Meine Lebensmittel

Meine Informationen

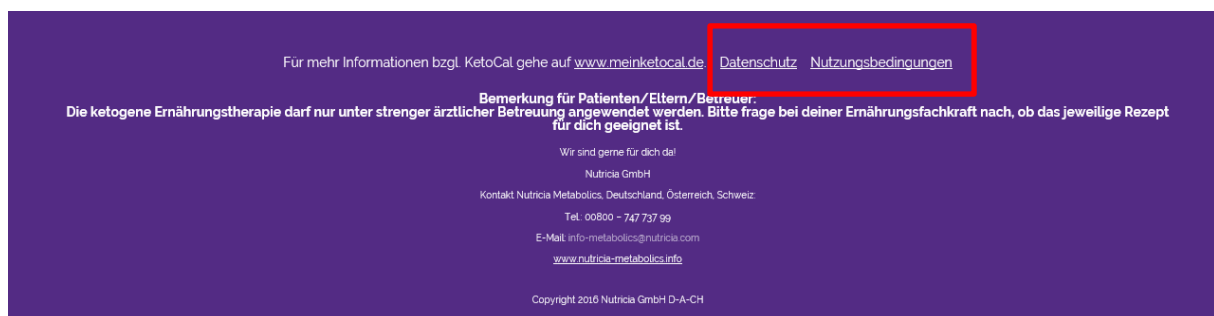
Meine Patienten

Meine Nachrichten

3. In diesem Chat kannst du mit deinen Patienten kommunizieren.

20. DATENSCHUTZ UND NUTZUNGSBEDINGUNGEN

1. Scrolle auf der HOME Seite ganz nach unten. Hier kannst du die Informationen zum Datenschutz und den Nutzungsbedingungen einsehen.



VIEL ERFOLG mit *Mein* KETO PLANER!

Weitere umfangreiche Informationen rund um die ketogene Ernährungstherapie findest du unter www.ketocal.de.



Umfangreiche und verlässliche Informationen zur ketogenen Ernährungstherapie finden!

Herzlich Willkommen!

Sie suchen Informationen und Produkte zur ketogenen Ernährungstherapie? Dann sind Sie bei uns genau richtig!

www.ketocal.de

