

### KET – Ketogene Ernährungstherapie

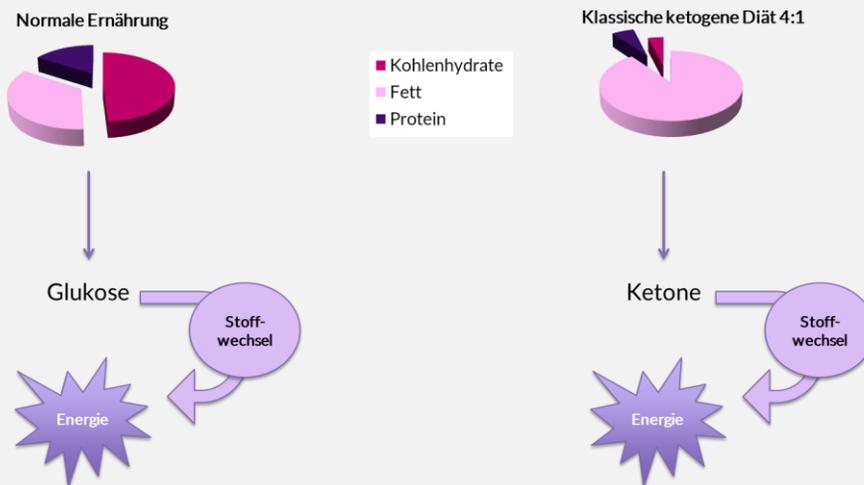
Die ketogene Ernährungstherapie (KET) ist eine spezielle Ernährungsweise und bietet die Möglichkeit, eine Epilepsie oder bestimmte Stoffwechselerkrankungen nicht-medikamentös sondern mit Hilfe einer sogenannten **ketogenen Diät** zu behandeln.

### Was ist die ketogene Diät?

Die ketogene Diät ist eine sehr fettreiche, kohlenhydratarme und eiweißbilanzierte Ernährung. Sie imitiert den Zustand des Fastens und führt zu einer Umstellung des Energiestoffwechsels. Die Diät wird meist stationär in der Klinik eingestellt. Eine konsequente Durchführung nach den Vorgaben des Arztes und der betreuenden Ernährungsfachkraft ist zwingend erforderlich und für den Erfolg der Therapie sehr wichtig!

### Wie wirkt die ketogene Ernährungstherapie?

Normalerweise gewinnt das Gehirn Energie aus Glukose, einem Zucker, der dem Körper aus Kohlenhydraten bereitgestellt wird. Bei der KET ist der Anteil an Kohlenhydraten in der Nahrung sehr gering. Der Körper gewinnt nun Energie aus dem zugeführten Fett, das in sogenannte **Ketone** umgewandelt wird. Diese Ketone sind im Blut und Urin nachweisbar.



Der Erfolg der KET bei Epilepsie und einigen Stoffwechselerkrankungen beruht auf dieser Umstellung des Energiestoffwechsels. Sie wird genauso wie eine medikamentöse Therapie nur unter ärztlicher Aufsicht durchgeführt.

Weitere Infos unter [www.ketocal.de/service](http://www.ketocal.de/service)



## Die ketogene Ernährungstherapie in der Betreuung

Dem/r sich in Ihrer Betreuung befindenden Kind/Person ist eine ketogene Ernährungstherapie von ärztlicher Seite verordnet worden. Die diätetischen Bestimmungen dieser Therapie sind unbedingt einzuhalten um etwaigen Verlust der Ketose und damit eine Verschlechterung des gesundheitlichen Zustands des Kindes/der Person zu vermeiden.

### Worauf müssen Sie achten?

- Nur die mitgebrachten bzw. besprochenen Lebensmittel oder Mahlzeiten anbieten!
- Keine zusätzlichen oder anderen Lebensmittel ohne Rücksprache mit den Eltern/Betreuern anbieten!
- Keine Süßigkeiten und gesüßten Getränke!
- Ausreichende Trinkmenge beachten! (Leitungs-/Mineralwasser, ungesüßte Tees!)
- Bitte achten Sie darauf, dass Speisen/Getränke nicht mit anderen Kindern/Personen getauscht werden!
- Halten Sie einen Notproviant für spezielle Situationen (z.B. Nahrungsverweigerung) parat!  
Notproviant wie z. B. \_\_\_\_\_
- Diätfehler, wie beispielsweise das Naschen eines Gummibärchens, können vorkommen. Geben Sie dem/r Kind/Person dann z.B. eine Portion Öl zum Ausgleich. Besprechen Sie das Vorgehen möglichst schon im Vorfeld mit den Eltern/Betreuern und informieren Sie diese im Ereignisfall über Art, Menge und Zeitpunkt der Nascherei.

### Tipps für besondere Anlässe

Ist ein **Tagesausflug** geplant: nehmen Sie rechtzeitig Kontakt zu den Eltern/Betreuern auf und lassen Sie sich ein Lunchpaket packen evtl. inkl. eines Notproviant!

Bei **Geburtstagsfeiern und Festen**: nehmen Sie auch hier Kontakt mit den Eltern/Betreuern auf, informieren Sie sie über den Anlass und was zu diesem Anlass an Speisen und Getränken angeboten wird. Die Eltern/Betreuer können Ihnen ketogene Alternativen mitbringen, wie z.B. einen ketogenen Kuchen / Muffin.

### Checkliste für Dinge, die den Alltag mit der ketogenen Diät erleichtern :

- ✓ Patientenausweis
- ✓ verschiedene Öle vor Ort
- ✓ die Nahrung KetoCal / ketogene Snacks vorrätig
- ✓ Wasser
- ✓ evtl. Vitamin-/Mineralstoffpräparate (nach Absprache mit den Eltern/Betreuern)
- ✓ Kühltasche
- ✓ Messbecher/ kl. Taschenwaage
- ✓ Mikrowelle

**Kontaktdaten:** \_\_\_\_\_ (Name des Kindes/Betreuten)

---

---

---

---



Wir sind gerne für Sie da!

**Nutricia GmbH**

Kontakt Nutricia Ketogenics Deutschland, Österreich, Schweiz:

Tel.: 00800 - 747 737 99 - info-ketogenics@nutricia.com

www.ketocal.de

