

Ernährungscheck

Machen Sie mit!

Fühlen Sie sich kraftlos und müde?

Ja Nein

Konnten Sie in den letzten 3-6 Monaten ungewollt Gewichtsverlust beobachten?

Ja Nein

Haben Sie immer weniger Appetit oder verspüren Sie häufig Übelkeit?

Ja Nein

Nehmen Sie weniger als 3-4 Mal pro Woche Fleisch, Fisch und Milchprodukte zu sich?

Ja Nein

Kostet es Sie Mühe, eine gewohnte Menge zu essen?

Ja Nein

Fühlen Sie sich in ihrer Lebensqualität eingeschränkt?

Ja Nein

Haben Sie drei oder mehr rote Felder angekreuzt? Dann besteht ein erhöhtes Risiko, dass Sie nicht ausreichend ernährt sind.