

# GESCHMACKS- VERÄNDERUNGEN

Das Geschmacksempfinden kann durch die Erkrankung sowie durch die Behandlung beeinträchtigt werden. Das heisst: Gewürzte Speisen schmecken versalzen oder fad, süsse Speisen süsser als gewohnt etc.

In dieser Phase können die folgenden Tipps hilfreich sein.

- Bevorzugen Sie geschmacksneutrale Lebensmittel wie z.B. Brot, Kartoffeln, Quark.
- Würzen und salzen Sie Ihre Speisen nach Ihrem eigenen Geschmack und setzen Sie Zucker nach Ihrer Wahrnehmung ein.
- Saure Lebensmittel können schleimlösend wirken und so die Geschmackswahrnehmung verbessern. Greifen Sie daher – bei intakter Schleimhaut – regelmässig zu Zitronen-, Orangen- oder Grapefruitschnitzen (Achtung: Bei einigen Medikamenten sollte auf Grapefruit verzichtet werden), Johannisbeeren, Essig, Tomaten etc.
- Kauen Sie Bonbons und Kaugummi zwischen den Mahlzeiten und trinken Sie allenfalls bittere Getränke wie Tonic Wasser. Dies regt die Speichelproduktion an und verbessert das Geschmacksempfinden.
- Achten Sie auf eine gute Mundhygiene. Eine sorgfältige Pflege der Zähne und der Mundschleimhaut ist während der Therapiezeit besonders wichtig.
- Essen Sie was Ihnen schmeckt und worauf Sie Lust haben.

Lindenhofgruppe | Ernährungsberatung

Engeriedspital  
Tel. + 41 31 366 36 34 | [erb.engeried@lindenhofgruppe.ch](mailto:erb.engeried@lindenhofgruppe.ch)

Lindenhofspital  
Tel. + 41 31 300 87 38 | [erb.lindenhof@lindenhofgruppe.ch](mailto:erb.lindenhof@lindenhofgruppe.ch)

Sonnenhofspital  
Tel. + 41 31 358 11 33 | [erb.sonnenhof@lindenhofgruppe.ch](mailto:erb.sonnenhof@lindenhofgruppe.ch)

[lindenhofgruppe.ch](http://lindenhofgruppe.ch)



LINDENHOFGRUPPE