



# Ernährungsberatung in der Praxis

4. aks Gesundheitsforum  
13. April 2018

# Agenda

- aks Ernährungsberatung & Diättherapie
  - Beratungsstellen
  - Diaetologin / Diaetologe
  - Angebote
  - Aufgaben
  - Beratungsprozess - vereinte Disziplinen
  - Diaetologischer Prozess
- Ausblick - Diaetologischer Prozess
- Zusammenfassung

# aks Ernährungsberatung & Diättherapie

## ■ aks Ernhrungsberatungsstellen:

- Bludenz
- Feldkirch
- Götzis
- Dornbirn
- Lustenau
- Höchst
- Bregenz
- Egg

## ■ 4 Diätologinnen



# aks Ernährungsberatung & Diättherapie

- Diätologin / Diätologe
  - gesetzlich anerkannter Gesundheitsberuf (gehobenen medizinisch-technischen Dienst)
  - Ausbildung, Berufsbild, Berufsrechte und –pflichten sind im MTD-Gesetz (MTD-Gesetz, MTD-AV) definiert
  - Voraussetzung ist neben der erfolgreich absolvierten Ausbildung (FH-Studiengang) eine Berufsberechtigung und eine Erfassung im Gesundheitsberuferegister (ab 01.07. 2018)
- DiätologInnen sind (neben den ÄrztInnen) die einzige Berufsgruppe, die Menschen mit besonderen Ernährungsbedürfnissen (bei Vorliegen/Verdacht einer Krankheit) ernährungstherapeutisch betreuen dürfen

# aks Ernährungsberatung & Diättherapie

- Angebote im Ernährungsbereich
  - Beratung und Begleitung
  - Schulungen (Diabetes Schulungen, ...)
  - Vorträge (SHG, PH, ...)
  - Workshops (Koch-Workshop, ...)
- ⇒ zur Gesunderhaltung (Primärprävention) und Gesundung (Sekundär- und Tertiärprävention)
- ⇒ von Einzelpersonen oder Gruppen

# aks Ernährungsberatung & Diättherapie



Diaetologinnen beraten nach aktuellen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen.

Neben dem therapeutischen Ansatz steht die Gesundheitsförderung im Vordergrund.

# aks Ernährungsberatung & Diättherapie

- Aufgaben
  - beraten und betreuen nach aktuellen ernährungswissenschaftlichen Erkenntnissen
  - arbeiten bei ernährungsrelevanten Problemstellungen eigenverantwortlich
  - „übersetzen“ Ernährungswissenschaft und –medizin in die Praxis
  - passen die Ernährungstherapie auf die individuellen Bedürfnisse an
  - begleiten auf dem Weg zu einem gesundheitsförderlichen Lebensstil
  - betreuen Gesunde als auch Kranke ernährungstherapeutisch

# aks Ernährungsberatung & Diättherapie

- Aufgaben
  - beraten und betreuen bei: Übergewicht / Adipositas, Stoffwechselerkrankungen, Nahrungsmittelintoleranzen, Nahrungsmittelallergien, gastroenterologische Erkrankungen, onkologische Erkrankungen, nephrologische Erkrankungen, Malnutrition etc.
  - informieren über die optimale Ernährung in speziellen Lebenssituationen wie: Schwangerschaft, Stillzeit, Kleinkinder, Schichtarbeit, Alter, Sport, ...
  - vernetzen uns mit anderen Gesundheitsberufen (Ärzten, Logopäden, ...) für eine effiziente Versorgung der Klienten



# aks Ernährungsberatung & Diättherapie

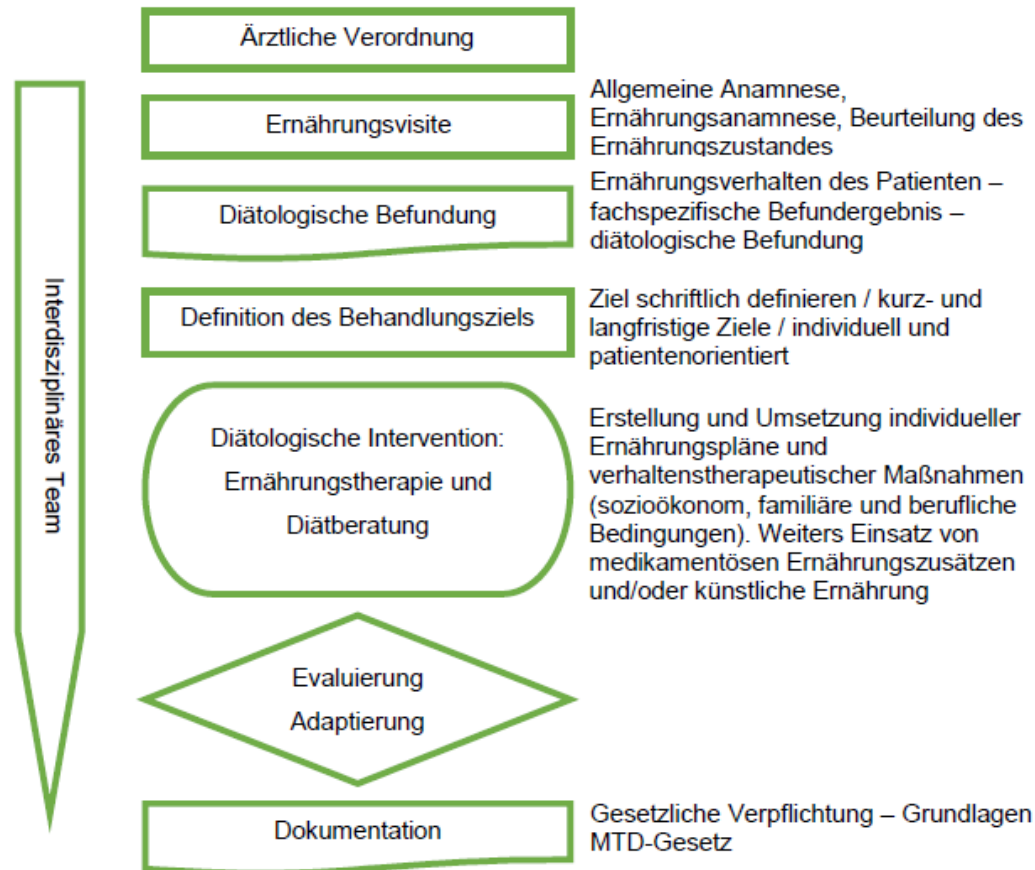
- Beratungsprozess: In Ernährungstherapie und -beratung vereinte Disziplinen



# aks Ernährungsberatung & Diättherapie

- Beratungsprozess
  - die Einflussfaktoren verdeutlichen die Komplexität des Prozesses
  - bei allen Verhaltensänderungen spielen zahlreiche Einflussgrößen eine Rolle und entscheiden über Erfolg bzw. Misserfolg der Therapie
- ⇒ damit eine nachhaltige Verbesserung der Ernährungsgewohnheiten gelingen kann, ist eine professionelle Beratung sinnvoll

# Diaetologischer Prozess



# Diaetologischer Prozess

- legt das methodisch-berufliche Handeln der ernährungsmedizinischen Therapie fest
- fordert eine längerfristige Führung und Betreuung der Patienten
- umfasst die verschiedenen Prozessschritte von der Ernährungsanamnese bis zur Dokumentation und Evaluierung
- Instrument für die Qualitätssicherung
- erste Publikation 2010

# Diaetologischer Prozess




mod. nach: Verband der Diaetologen Österreichs; aus: Petra Hömens, Professionelles Beraten will gelernt sein. Diätologische Beratungskompetenzen entwickeln, erweitern und vertiefen; 2016

# Diaetologischer Prozess

- Ärztliche Verordnung / Überweisung
  - enthält die ärztliche Diagnose/n bzw. die gesundheitlichen Probleme und weitere ernährungsmedizinisch relevante Informationen
  - evtl. mit Informationen zu Laborwerten und Medikamenten
  - bei Bedarf: Rücksprache mit dem zuweisenden Arzt über weitere medizinisch notwendige / relevante Informationen
- Ernährungsberatung bzw. –therapie ist möglich:
  - mit oder ohne ärztliche Überweisung
  - nach Terminvereinbarung in Wohn- oder Berufsortnähe

# Diaetologischer Prozess


- Ärztliche Verordnung / Überweisungsschein

 aks gesundheit GmbH Rheinstraße 61 6900 Bregenz T 055 74 / 202 - 0 www.aks.or.at		<b>ÜBERWEISUNGSSCHEIN ZUR ERNÄHRUNGSBERATUNG UND DIÄTTHERAPIE</b>	
Bitte vereinbaren Sie einen Termin. Die Kontakte finden Sie auf der Rückseite.		Diagnose / ICD 10 / Zweck der Überweisung <b>Diabetes Typ II, Adipositas</b>	
Familienname(n) <b>Mustermann Max</b>	Vorname(n) <b>Max</b>	Versicherungsnummer LT-Nr. Geb.-Tag Monat Jahr <b>5577 06 06 66</b>	Medizinischer Befund / Laborwerte BMI: <b>34</b> Blutzucker: <b>135</b> HDL: <b>45</b> HbA1c: <b>7</b> LDL: <b>86</b> H2-Atemtest: Chol. gesamt: <b>151</b> Sonstige: Triglyceride: <b>110</b> Harnsäure:
Anschrift <b>Musterstraße 29</b> <b>6900 Bregenz</b>		Medikamentöse Behandlung <b>Metformin 1000 mg 1-0-1-0</b>	
Versicherter (Nur ausfüllen, wenn Patientin/Patient Angehöriger ist.) LT-Nr. Geb.-Tag Monat Jahr		<b>Informationen</b> Für eine Ernährungsberatung fällt ein Selbstbehalt in Höhe von Euro 20,- an. Bei Verhinderung ist die Diätologin oder der Diätologe mindestens 24 Stunden vorher zu informieren, ansonsten wird der Selbstbehalt verrechnet. Die Kosten der Beratung werden durch das Land Vorarlberg, den Selbstbehalt und teilweise Unterstützung durch die Gemeinden gedeckt.	
Staatsbürgerschaft:      Telefon:		Datum, Stempel und Unterschrift der / des überweisenden Ärztin / Arztes	



# Diaetologischer Prozess

- Ärztliche Verordnung / Labor



Dr. med.  
 [Redacted]  
 Arzt für Allgemeinmedizin  
 [Redacted]  
 6921 Kennelbach

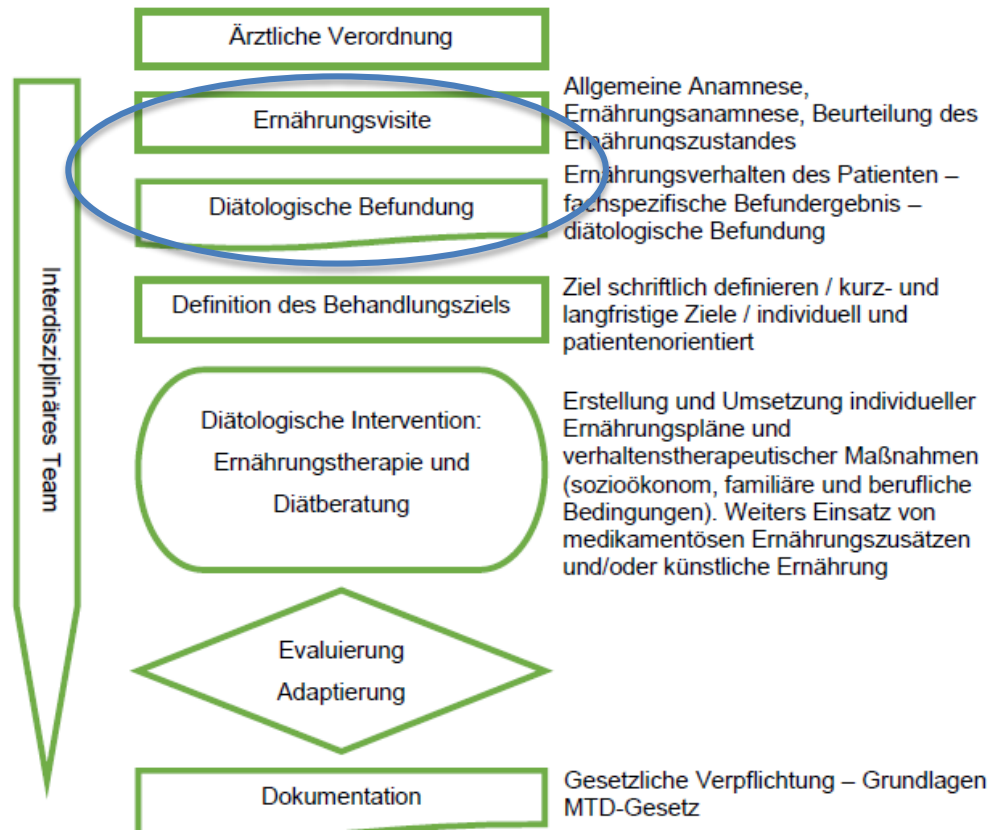
**LABORBEFUND**      SEITE 1

Geb.Dat        : 24.12.1955    (M)  
 Eingang       : 23.10.2017    12:56 Uhr  
 Aufnahme Nr.: 2014005738  
 Auftrags Nr.: 091366 R

Parameter	Meßwert	Einheit	Referenzbereich	
<b>KLINISCHE CHEMIE</b>				
Glucose venös	102	mg/dL	74-106	<input type="text" value="102"/>
Triglyceride	65	mg/dL	< 200	<input type="text" value="65"/>
Cholesterin	214	mg/dL		<input type="text" value="214"/>
HDL-Cholesterin	* 54	mg/dL	> 55	<input type="text" value="54"/>
LDL-Cholesterin	* 159	mg/dL	< 150	<input type="text" value="159"/>
Quot. Chol./HDL	* 4.0		0.0-3.5	<input type="text" value="4.0"/>
LDL/HDL Quotient	* 3.0		0.0-2.5	<input type="text" value="3.0"/>
GGT	17	U/L	< 60	<input type="text" value="17"/>



# Diaetologischer Prozess



mod. nach: Verband der Diaetologen Österreichs; aus: Petra Hömens, Professionelles Beraten will gelernt sein. Diätologische Beratungskompetenzen entwickeln, erweitern und vertiefen; 2016

# Diaetologischer Prozess

- Anamnese, Ernährungsanamnese, Ernährungsstatus
  - Grundlage jeder Ernährungs- und Diättherapie
  - sammeln und erheben von potenziell relevanten Informationen und Daten
  
- Anamnese:
  - Krankengeschichte, Vorerkrankungen, Erkrankungen in der Familie
  - Familienstatus, Beruf, Lebensstil (Stress, Schlaf, Bewegung, Freizeitverhalten), finanzielle Situation, Rauchen, Medikamente, NEM (Nahrungsergänzungsmittel)
  - Gewichtsentwicklung, ...

# Diaetologischer Prozess

- Ernährungsanamnese:
    - Ernährungsgewohnheiten (Essen & Trinken)
    - Verzehrsmengen bzw. Portionsgrößen
    - Verzehrshäufigkeit
    - Vorlieben und Abneigungen
- ⇒ dem Klienten soll das eigene Ernährungsverhalten bewusst werden

# Diätologischer Prozess

- Ernährungsstatus / Ernährungszustand
    - BMI (Body Mass Index = Verhältnis zwischen Körpergewicht und Körpergröße) in Abhängigkeit von Geschlecht, Alter, Bewegung und Konstitution (Typ)
    - evtl. Messung des Bauchumfangs, ....
    - evtl. Blutparameter (Fe, Mg, Serumalbumin, ... )
- ⇒ gibt Auskunft wie gut die Versorgung mit Energie und Nährstoffen ist

# Diätologischer Prozess

- Diaetologische Befundung und Beurteilung (= Ernährungsdiagnose)
  - wird anhand der erhobenen Daten erstellt
  - das/die Ernährungsproblem/e wird bzw. werden erfasst
  - ist unabhängig von der medizinischen Diagnose
  - kann sich im Verlauf der Therapie ändern
  - hat Einfluss auf die Planung und Durchführung der Intervention

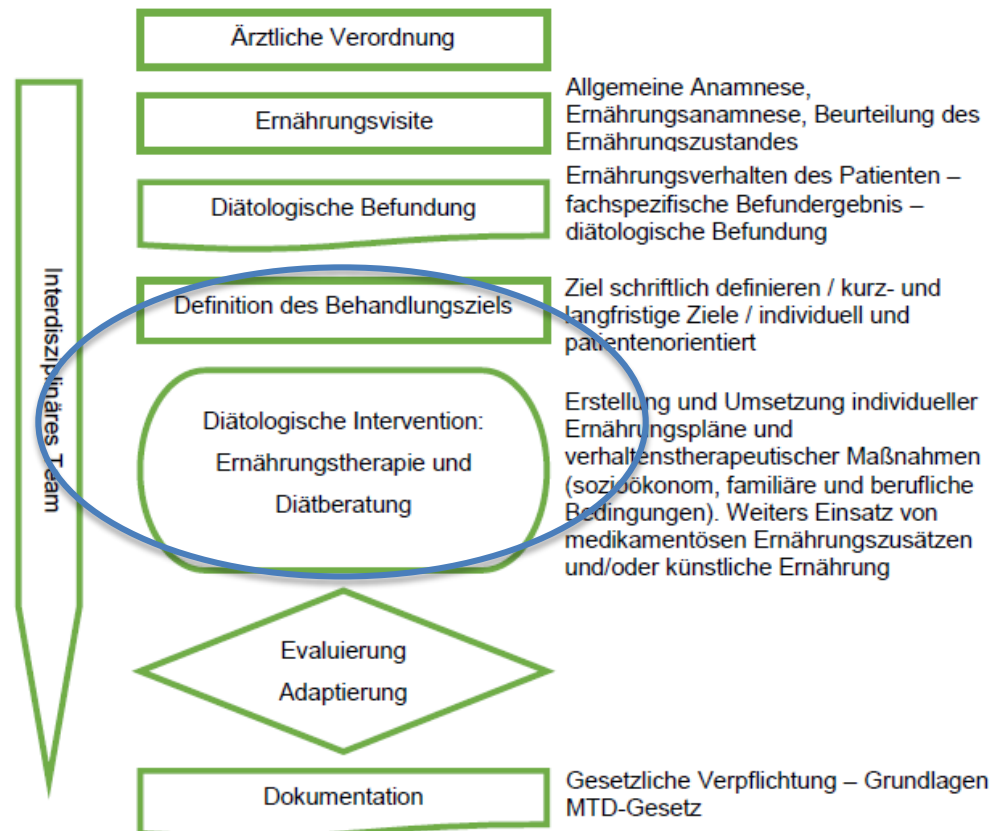
## Beispiel:

Medizinische Diagnose:           Hyperlipidämie

Ernährungsdiagnose/n:           übermäßige Fettaufnahme, zu hohe Zufuhr an GFS

(kann sich im Verlauf der Intervention auf "Moderate Fettaufnahme" ändern)

# Diaetologischer Prozess



mod. nach: Verband der Diaetologen Österreichs; aus: Petra Hömens, Professionelles Beraten will gelernt sein. Diätologische Beratungskompetenzen entwickeln, erweitern und vertiefen; 2016

# Diätologischer Prozess

- Definition des Behandlungsziels
  - Festlegung der zu erreichenden Ziele (realistische, therapeutische Ziele)  
unter Berücksichtigung der Ziele des Klienten
  - in Folge: Planung der ernährungsmedizinischen Beratung bzw. Therapie  
(Ernährungsdiagnose/n priorisieren, Struktur der Therapieeinheiten, Dauer der Intervention, Monitoring, evtl.  
Einbeziehung von Angehörigen...)

## Beispiele:

Ernährungsbezogene Ziele: Wissenszuwachs, Verhaltensänderung, Veränderungen in der Lebensmittelauswahl, verbesserter Ernährungsstatus

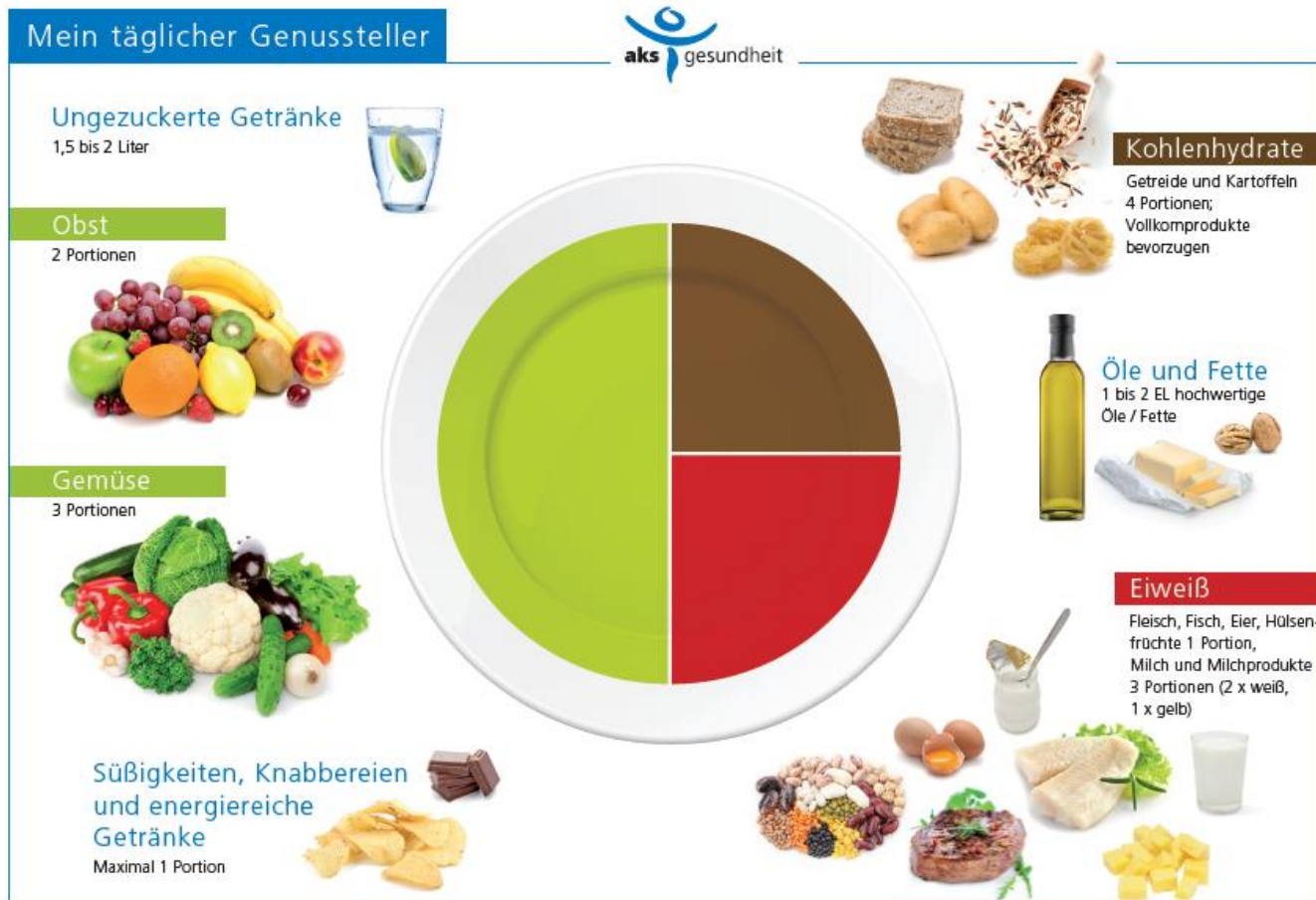
Gesundheitsbezogene Ziele: verbesserter Gesundheitsstatus, Vermeidung von Komplikationen, erhöhte Lebensqualität, bessere Funktionsfähigkeit, Zufriedenheit, besseres Selbstmanagement, ...

# Diätologischer Prozess

- Umsetzung der Ernährungstherapie
  - Auswertung von Ernährungsprotokollen, -tagebüchern, Fotos, Ergebnisse von Apps, ...
  - Berechnung der Bedarfswerte für Energie, Flüssigkeit, ...
  - Erstellung individueller Ernährungspläne unter Berücksichtigung der sozioökonomischen, familiären und beruflichen Bedingungen gemeinsam mit dem Klienten
  - evtl. Berechnung von Ernährungsplänen
  - Besprechung der Portionsgrößen und dem Tellermodell (Genussteller)



# Diaetologischer Prozess



# Diätologischer Prozess

- Umsetzung der Ernährungstherapie
  - Informationsmaterial incl. Handling
  - Informationen zu Lebensmitteln (Lebensmittelkunde)
  - Information zu „neuen“ Lebensmitteln
  - Informationen zur Nährwertkennzeichnung, Health Claims, Zutatenliste, ...
  - Einkaufstipps
  - Kochtipps, Nährstoffverluste, Meal-Prep (= Meal-Prepping), Rezepte
  - Umgang mit besonderen Situationen (Feiertage, Einladungen, ...)
  - individuelle Begleitung im Prozess (Erfolge, Rückfall, ...)



# Diaetologischer Prozess

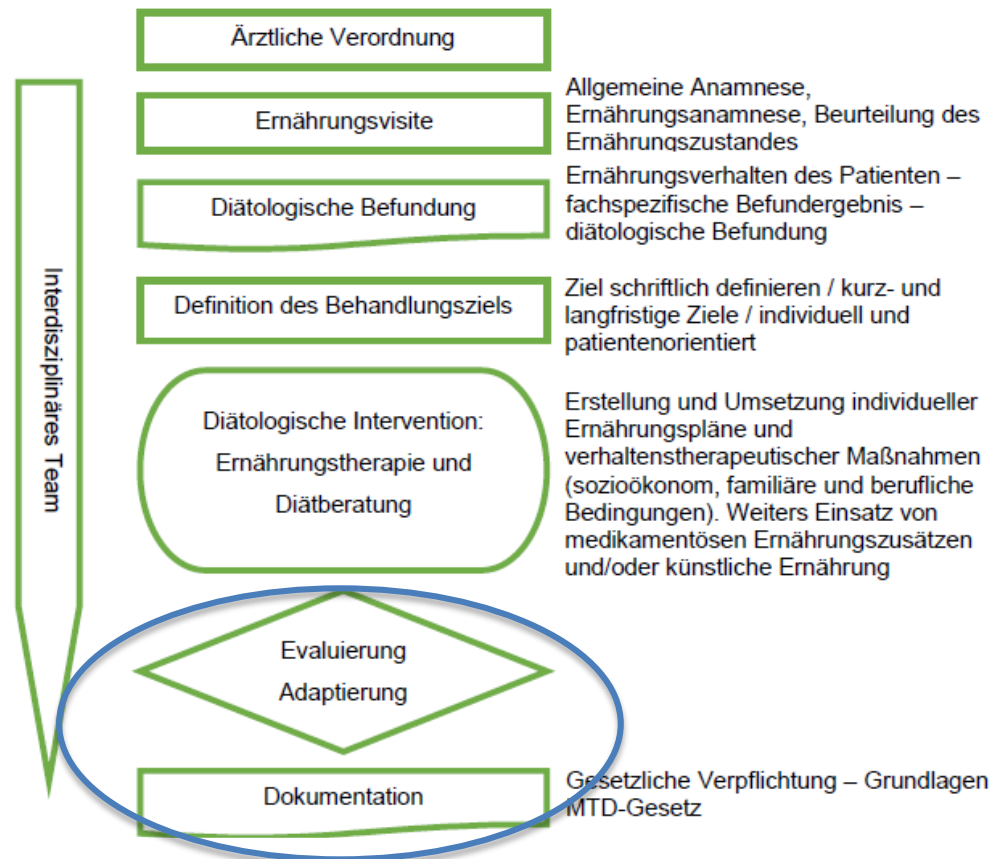
- Umsetzung der Ernährungstherapie
  - „Eine Intervention umfasst eine Reihe von Aktivitäten und dazugehörigen Materialien, welche eingesetzt werden, um die festgestellte Diagnose oder das Ernährungsproblem zu behandeln.“ (Qureshi et al; Nutrition and Dietetic Care Process, 2014:11)



# Diaetologischer Prozess

- Abschlussgespräch
  - konkretes Zeichen des Therapieendes
  - Veränderungen erläutern: Laborwerte, Essverhalten, Bauchumfang, BIA, ...
  - Vergleich angestrebter Ziele mit den erreichten Zielen
  - Zufriedenheit des Klienten erfragen
  - evtl. Formulierung eines weiteren Fernziels als „Ausblick in die Zukunft“
  - rückblickend Erfolg und Misserfolg diskutieren
  - noch offene Fragen klären
  - Ressourcen aktivieren und ggf. eine weiterführende Betreuung anbieten
  - Kontrolltermine zur Sicherung des Therapieerfolgs anbieten

# Diaetologischer Prozess



mod. nach: Verband der Diaetologen Österreichs; aus: Petra Hömens, Professionelles Beraten will gelernt sein. Diätologische Beratungskompetenzen entwickeln, erweitern und vertiefen; 2016

# Diaetologischer Prozess

- Evaluierung
  - Ziel ist, die Veränderungen beim Klienten zu beurteilen (Welche Veränderungen haben sich ergeben? Zeigen die Therapiemaßnahmen eine Wirkung?)
  - dazu gehören: Art und Ausmaß der Fortschritte in Bezug auf die Lösung des Ernährungsproblem es bzw. die Erreichung des gewünschten Outcome
  - alle subjektiv vom Klienten dargelegten Aussagen sollten durch objektive Daten (Laborbefunde, ...) ergänzt werden, um valide Aussagen treffen zu können
  - basierend auf den Ergebnissen der Evaluation wird entschieden, ob die Maßnahmen geeignet und erfolgreich waren, um das Ernährungsproblem zu lösen

# Diaetologischer Prozess

- Evaluierung
  - Klienten-Feedbackbogen:  
„Ihre Zufriedenheit ist uns wichtig“

aks gesundheits GmbH  
Gesundheitsbildung  
Rheinstraße 61  
6900 Bregenz

Ihre Zufriedenheit ist uns wichtig!

Um Ihren Wünschen und Anliegen im Hinblick auf die aks Ernährungsberatungs- und Diättherapie noch besser gerecht werden zu können, möchten wir Sie bitten, folgende Fragen zu beantworten. Die Erfassung erfolgt anonym und nimmt ca. fünf Minuten in Anspruch.

Frage 1: Welche Einrichtung zur aks Ernährungsberatung und Diättherapie haben Sie aufgesucht?

- |   |   |
|---|---|
| <input type="checkbox"/> aks Bludenz / Bürs | <input type="checkbox"/> aks Götzis     |
| <input type="checkbox"/> aks Bregenz        | <input type="checkbox"/> aks Höchst     |
| <input type="checkbox"/> aks Dornbirn       | <input type="checkbox"/> aks Lustenau   |
| <input type="checkbox"/> aks Egg            | <input type="checkbox"/> aks Tschagguns |
| <input type="checkbox"/> aks Feldkirch      |   |

Frage 2: Wie oft haben Sie die Ernährungsberatung besucht?

- ☐ 1 mal  
☐ 2 mal  
☐ 3 mal  
☐ 4 mal  
☐ 5 mal  
☐ mehrmal

Frage 3: Waren Sie über den Selbstbehalt der Ernährungsberatung informiert?

- ☐ ja ☐ nein

# Diaetologischer Prozess

- Dokumentation
  - gesetzlich im MTD-Gesetz festgelegt und verpflichtend
  - Inhalte und Ergebnisse der Ernährungstherapie werden dokumentiert  
(medizinische Diagnose, Ernährungsassessment, Ziele, ...)
  - bei Bedarf: Abschlussbericht an Arzt



# Diaetologischer Prozess

- Dokumentation von
  - medizinischer Diagnose (Grund der Überweisung / Indikationsstellung)
  - Ergebnisse/n des Ernährungsassessments (ggf. Untersuchungsmethoden)
  - (dem ermittelten Ernährungsproblem (Ernährungsdiagnose))
  - Planung und Durchführung der Ernährungsintervention (Aufklärungsgespräch inkl. der Information und Aufklärung über wesentliche Behandlungsrisiken und Kosten, Interventionsdauer, Interventionsfrequenz, Methoden usw.)
  - den Interventionsziele/n
  - den Ergebnissen der Intervention
  - ⇒ Verlaufsdokumentation

# Diaetologischer Prozess

- Aktuelle Situation - Österreich
  - die Schritte des diaetologischen Prozesses werden durchgeführt; eine Ausnahme bildet vielfach die Ernährungsdiagnose
- in Österreich fehlt derzeit
  - eine einheitliche und flächendeckende Umsetzung des diaetologischen Prozesses
  - eine einheitliche Fachsprache, diaetologische Dokumentation sowie entsprechende Tools

# Ausblick

- Einheitliche diaetologische Dokumentation
  - Ziel ist eine einheitliche Dokumentationssprache, die einrichtungsübergreifende ist und Daten sich vergleichen lassen
  - die WHO hat 2 Referenzklassifikationen entwickelt:
    - ICD 10 „Internationale Klassifikation der Krankheiten und verwandter Gesundheitsprobleme“ und die
    - ICF „Internationale Klassifikation der Funktionsfähigkeit, Behinderung und Gesundheit“

# Ausblick

- Beispiel aus der ICF Komponente Körperfunktionen (b), den originalen ICF Kategorien (schwarz), zusätzliche Kategorien der ICF-Diätetik (rot)

**b5 Funktionen des Verdauungs-, des Stoffwechsel- und des endokrinen Systems**  
Dieses Kapitel befasst sich mit Funktionen, die Nahrungsaufnahme, Verdauung und Ausscheidung betreffen sowie mit Funktionen, die am Stoffwechsel beteiligt sind, und mit Funktionen der endokrinen Drüsen

**b515 Verdauungsfunktionen**

Funktionen, die den Transport von Speisen durch den Verdauungskanal, die Aufschlüsselung und Absorption von Nährstoffen betreffen

**b5152 Absorption von Nährstoffen**

Funktionen, die die Überführung von Nährstoffen aus Speisen und Getränken aus dem Intestinaltrakt ins Blut betreffen

**b51520 Absorption von Nährstoffen i. Allg.**

*Inkl.: Absorptionskapazität des Darms*

**b51521 Absorption von bestimmten Nährstoffen**

**b515210 Fettabsorption**

**b515211 Proteinabsorption**

**b515212 Kohlenhydratabsorption**

**b515213 Flüssigkeitsabsorption**

**b515215 Vitaminabsorption**

**b515216 Mineralabsorption**

**b515218 Absorption von bestimmten Nährstoffen,  
anders bezeichnet**

# Zusammenfassung

- aks Ernährungsberatung und Diättherapie
  - mit oder ohne ärztlicher Überweisung (ggf. Laborwerte, Medikamente, ...)
  - Terminvereinbarung durch Klienten - in Wohn- oder Berufsortnähe
  - Erstgespräch:
    - Klärung der Anliegen und Erwartungen
    - Erheben von Daten im Rahmen der Anamnese und Ernährungsanamnese
    - Erheben des Ernährungszustand
    - Therapieplanung: Zielformulierung, erste Schritte festlegen

# Zusammenfassung

- aks Ernährungsberatung und Diättherapie
  - Folgegespräch/e:
    - ggf. werden die Ziele angepasst und weitere Schritte vereinbart
    - Erfolge und „Stolpersteine“ werden besprochen
    - bei Bedarf werden Pläne erarbeitet / angepasst, Rezepte besprochen
    - im Anschluss an die Intensivphase können Kontrolltermine zur Sicherung des Therapieerfolgs vereinbart werden
    - kontinuierliche Dokumentation und Evaluation (Feedbackbogen)
    - ggf. verfassen eines Arztbriefes





Vielen Dank für Ihre  
Aufmerksamkeit

Sibylle Leis  
aks gesundheits GmbH  
Rheinstraße 61  
0664 802 83 556  
[sibylle.leis@aks.or.at](mailto:sibylle.leis@aks.or.at)