

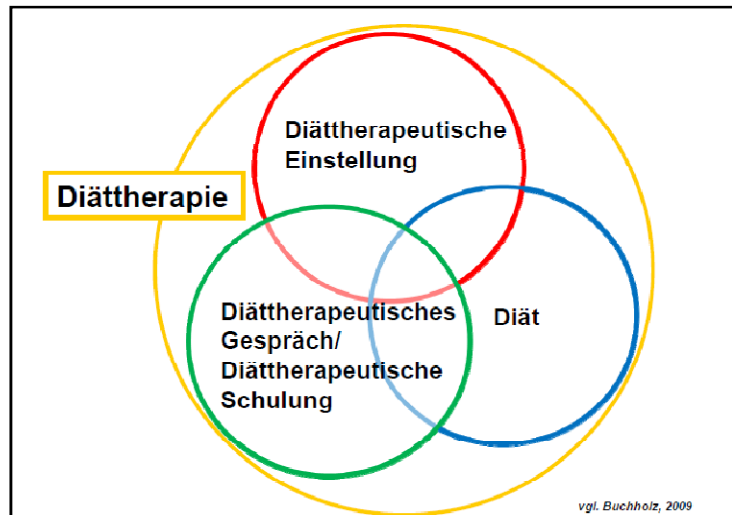
# Diättherapie und Ernährungsberatung

## Diättherapie und Ernährungstherapie\*

Für den Begriff der Diättherapie gibt es eine Vielzahl synonyme Bezeichnungen. Eine Diättherapie richtet sich immer an einen kranken Menschen, also einen Menschen mit besonderen Bedürfnissen. Die Diättherapie beinhaltet drei Unterpunkte, die je nach den persönlichen Bedürfnissen, des Krankheitsbildes (Indikation) und der Örtlichkeit (z.B. Zu Hause, Krankenhaus oder Pflegeeinrichtung) unterschiedliche stark gewichtet sind. Die Punkte sind:

### Diättherapeutische Einstellung

Diese bedeutet das Erstellen, die Berechnung, die praktische Umsetzung und Kontrolle des individuellen Diättherapieplanes durch den Diätassistenten, z.B. bei Sonderdiäten oder künstlicher Ernährung. Unter künstlicher Ernährung versteht man üblicherweise die enterale (über eine Sonde) und parenterale (über Infusion) Ernährungstherapie\*.



### Diät

Die Diät ist das was der Patient isst und trinkt. In einer Diät können

- bestimmte Lebensmittel verwendet,
- Lebensmittelinhaltsstoffe zugefügt oder weggelassen,
- Nährstoffe in bestimmten Dosierungen zugeführt,
- bestimmte Zubereitungsmethoden/ Garverfahren angewendet werden und
- die Darreichungsform wird den individuellen Bedürfnissen angepasst.

Die Erarbeitung eines Diättherapieplanes geschieht durch den Diätassistenten in enger Zusammenarbeit mit dem Patienten und den Angehörigen, sowie in Rücksprache mit dem Arzt.

### Diättherapeutisches Gespräch/ Diättherapeutische Schulung

Für das diättherapeutische Gespräch wird häufig auch der Begriff der Diätberatung oder Ernährungsberatung verwendet. Das diättherapeutische Gespräch bezeichnet das Gespräch über die Diättherapie durch den Diätassistenten mit dem Patienten und evtl. den Angehörigen. Gegenstand des Gespräches ist die ärztliche Diätverordnung und die praktische Umsetzung der Diättherapie. Hierbei spielen neben den Vorlieben des Patienten, weitere Therapien (z.B. Sprachtherapie), Medikamente (z.B. Antidiabetika), pflegerische Maßnahmen und die Lebensumstände eine wichtige Rolle. Ein diättherapeutisches Gespräch geschieht immer auf ärztliche Anordnung und besteht in der Regel aus einem Erstgespräch und Folgegesprächen.

Die diättherapeutische Schulung verfolgt den gleichen Ansatz wie das diättherapeutische Gespräch, findet aber in einer Gruppe von Personen mit ähnlichen Krankheitsbildern statt (z.B. bei Diabetes mellitus)

#### **Hinweis:**

Sollte das diättherapeutische Gespräch in der Praxis einer selbstständigen Diätassistentin/ eines selbstständigen Diätassistenten erfolgen, achten Sie auf die Klärung folgender Fragen:

- Ist die/ der Diätassistent/in berechtigt, mit Ihrer Krankenkasse abzurechnen?
- Welche Kosten kommen auf Sie zu?
- Wie sehen die einzelnen Gespräche aus?
- Wieviele Gespräche sind erforderlich?
- Was passiert, wenn Sie Termine kurzfristig absagen müssen "Ausfallhorar"?
- Welche Erfahrungen hat der Diätassistent in der Behandlung der vorliegenden Erkrankung?
- Wie erfolgreich kann die Diättherapie sein?

## **Ernährungsberatung**

Die Ernährungsberatung richtet sich an gesunde Menschen, sie kann als Einzelberatung oder als Gruppenberatung erfolgen. Auch für die Besonderheiten der Ernährungsberatung sind Diätassistenten ausgebildet.

Man unterscheidet drei Formen:

- **Ernährungsberatung für gesunde Menschen**, die sich besser ernähren möchten
- **Gesunde Menschen in besonderen Lebenssituationen**, z.B. ältere Menschen, Schwangere, Stillenden, Kinder, Sportler ...
- **Präventive (vorbeugende) Ernährungsberatung** für Personen, die noch nicht erkrankt sind, aber bei denen ein Risiko besteht, z.B. Übergewicht (aber kein krankhaftes Übergewicht/Fettsucht), leicht erhöhte Blutfettwerte, Risikopatienten für Osteoporose ...

#### **Hinweis**

Die Qualität und Standards der Anbieter auf dem Gebiet der Diättherapie und Ernährungsberatung ist in Deutschland noch nicht eindeutig geregelt.

Bei Diätassistenten, die sich regelmäßig fort- und weiterbilden (z.B. VDD-Fortbildungszertifikat), sind sie immer richtig!

Bitte beachten Sie auch die Verbraucherinformation auf unsere Homepage

Daniel Buchholz MPH  
Diätassistent DKL/DGE, Dipl. Oecotrophologe (FH)

Sabine Ohlrich  
Diätassistentin, Diplommedizinpädagogin

Berlin, 3. Juni 2010