

Ausgewogene Ernährung zur Gesundung und Stabilisierung des Gesundheitszustandes

Die Qualitätsstandards der DGE
für die Verpflegung in Krankenhäusern und
Rehakliniken

Inhalt

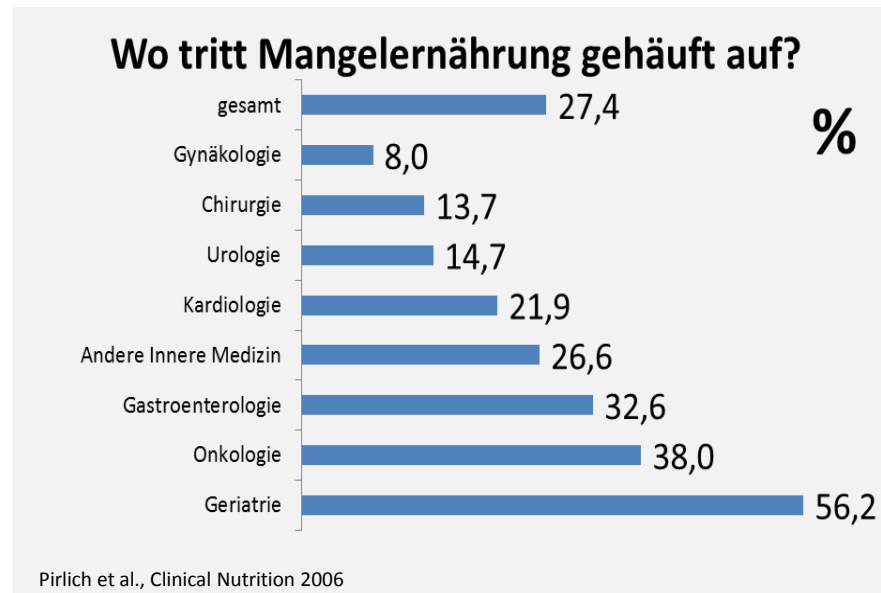
- Hintergrund und Zielsetzung
- Qualitätsstandards
 - Gestaltung der Verpflegung
 - Praxisinformationen
 - Implementierungshilfen
 - Besondere Ernährungssituationen
- Fazit

Hintergrund – IN FORM

- Nationaler Aktionsplan „IN FORM – Deutschlands Initiative für gesunde Ernährung und mehr Bewegung“
zur Prävention von Fehlernährung, Bewegungsmangel, Übergewicht und damit zusammenhängenden Krankheiten
- Ziele
 - Erwachsene sollen gesünder leben
 - Kinder sollen gesünder aufwachsen
 - Rückgang ernährungsmitbedingter Krankheiten
 - Verbesserung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens bis 2020

Hintergrund – Situation in Krankenhäusern

- Europaweit Defizite bei der Ernährungssituation von Patientinnen und Patienten in Krankenhäusern
- bereits bei stationärer Aufnahme Patienten mangelernährt (20-60%, je nach Fachdisziplin)



Hintergrund – Mangelernährung

- Problem vor allem bei älteren Menschen:
 - **6%** der älteren Allgemeinbevölkerung
 - **13%** der Seniorinnen und Senioren mit Pflegebedarf
 - weitere **57%** Risiko für Mangelernährung
 - ähnliche Situation in Pflegeeinrichtungen
- Folgen:
 - Erhöhte Komplikationsrate
 - Längere Liegezeiten
 - Häufigere stationäre Wiederaufnahme
 - Erhöhte Morbidität und Mortalität
 - Höhere Behandlungskosten

} **70%**

Zielsetzung in Krankenhäusern

- Ziel:
Wiederherstellung der Gesundheit
von Patientinnen und Patienten
- Vollwertiges Essen
 - wesentlicher Beitrag zur besseren Genesung
 - gesundheitsfördernde Maßnahme
 - Beitrag zur Verkürzung des Klinikaufenthaltes



Hintergrund – Situation in Rehakliniken

- Über die Hälfte der Deutschen ist übergewichtig ($\text{BMI} \geq 25$)
- Jeder Fünfte ist adipös ($\text{BMI} \geq 30$)
- Folgen:
 - Fettstoffwechselstörungen
 - Diabetes mellitus Typ 2
 - Herz-Kreislauf-Krankheiten
 - Arthrose
 - etc.



Zielsetzung in der Rehabilitation

- Ziel:
Vorbildfunktion der Klinik,
Gesundheitsförderndes Verhalten,
Änderung des Lebensstils
- Vermittlung von
 - Informationen über Krankheit und
Zusammenhänge mit Ernährungsfaktoren
 - Motivation und Kompetenz zur Verhaltensänderung
 - Selbstmanagement



Qualitätsstandards



DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Krankenhäusern



DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Rehabilitationskliniken



Unterstützung der für die Verpflegung Verantwortlichen

- Hintergrundinformationen über rechtliche Bestimmungen
- Informationen über eine vollwertige Verpflegung
- Tipps und Hilfe für die praktische Umsetzung
- Erklärungen und Empfehlungen zu speziellen Kostformen
- Ausführliche Erläuterungen zum Thema Mangelernährung



Gestaltung der Verpflegung

- Vollverpflegung (3 Haupt-, 2 Zwischenmahlzeiten)
- Ausreichend Flüssigkeit: **> 1,5 L/Tag**
 - Informationsbroschüre: „Flüssigkeitsversorgung in Kliniken“
- Schmackhafte, gesunde, abwechslungsreiche Kost
- Berücksichtigung von Saison, Essgewohnheiten, Unverträglichkeiten/Allergien
- Angebot einer Ersatzmahlzeit bei Auslassen von Mahlzeiten aufgrund Diagnostik o.ä.



Lebensmittelauswahl auf Grundlage des DGE-Ernährungskreises



Lebensmittelauswahl - Beispiele

Lebensmittelgruppe	optimale Auswahl	Beispiele für Lebensmittel
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln	Vollkornprodukte Müsli ¹² ohne Zuckerzusatz Parboiled Reis oder Naturreis Speisekartoffeln ¹³ , als Rohware ungeschält oder geschält	Brot, Brötchen, Mehl, Teigwaren Mischung aus verschiedenen Getreide- flocken, Leinsamen und Trockenfrüchten
Milch und Milchprodukte	Milch: 1,5 % Fett Naturjoghurt: 1,5 % bis 1,8 % Fett Käse: max. Vollfettstufe (≤ 50 % Fett i. Tr.) Speisequark: max. 20 % Fett i. Tr.	Gouda, Feta, Camembert, Tilsiter, Frischkäse
Fette¹⁶ und Öle¹⁷	Rapsöl Walnuss-, Weizenkeim-, Oliven- oder Sojaöl	
Getränke¹⁸	Trink-, Mineralwasser Früchte-, Kräutertee, ungesüßt Rotbuschtee, ungesüßt	Hagebutten-, Kamillen-, Pfefferminztee

Praxisinformationen

- Zubereitungstipps zu fettarm, sparsam salzen mit Jodsalz, weniger Zucker zusetzen
- Rezeptdatenbank und Erfahrungsberichte
- Möglichkeiten bedarfsgerechter Portionierung
- Hilfestellung zu Warmhalten und Lagerung
- Beachtung einer hohen sensorischen Qualität
- Tipps zur Gestaltung der Essensatmosphäre
- Informationen zu Hygieneanforderungen



Nährstofftipps der Verpflegungsstandards

	Vollverpflegung für Erwachsene ³² bei PAL ²⁸ 1,2
Energie (kcal) ³³	1840
Energie (kJ) ³³	7710
Protein (g)	≤ 68
Fett (g)	≤ 63
Kohlenhydrate (g)	≥ 249
Ballaststoffe (g)	≥ 30

- Nährstoffverteilung:
- 15 % Protein
 - 30 % Fett
 - 55 % Kohlenhydrate

Implementierungshilfen

- Orientierungswerte

Lebensmittelgruppe	Mengen ⁷³ bei PAL 1,4
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln	
Brot	5 Scheiben/Tag (= 1750 g/Woche)
oder: Brot und Getreideflocken	4 Scheiben/Tag und 50 g Getreideflocken
Kartoffeln, Reis ⁷⁴ , Teigwaren ⁷⁴ oder Getreide ⁷⁴	pro Woche 7 x abwechselnd, zwischen 180 und 220 g

- Checklisten

Qualitätsbereich Lebensmittel: Vollverpflegung
Getreide, Getreideprodukte und Kartoffeln
Mind. 21 x abwechselnd Brot, Brötchen, Speisekartoffeln, Parboiled Reis, Teigwaren und andere Getreideprodukte
davon:
mind. 14 x Vollkornprodukte
max. 2 x Kartoffelerzeugnisse
Gemüse und Salat
21 x Gemüse, Hülsenfrüchte oder Salat

Spezielle Kostformen für den medizinischen Einsatz

- Verpflegung bei Stoffwechselerkrankungen
- Kostform bei Kau- und Schluckstörungen
- Verpflegung bei Mangelernährung
- Energiereduzierte Kost
- Leichte Vollkost
- Weitere



Rechtliche Rahmenbedingungen



EU-Gesetzgebung

Nationales Recht

IfSG
Infektionsschutzgesetz
(2001)

Weißbuch zur
Lebensmittelsicherheit
(2000)

VO (EG) Nr. 178/2002
EU-Basis-Verordnung für das
Lebensmittelrecht

LFGB
Lebensmittel-, Bedarfsgegen-
stände- und Futtermittel-
gesetzbuch (2009)

- VO (EG) Nr. 852/2004
über Lebensmittelhygiene
- VO (EG) Nr. 853/2004
mit spezifischen Hygienevor-
schriften für Lebensmittel
tierischen Ursprungs
- Richtlinie 2003/99/EG
zur Überwachung von Zoo-
nosen und Zoonoseerregern

**Verordnung zur Durchfüh-
rung von Vorschriften des
gemeinschaftlichen Lebens-
mittelrechts u. a.**

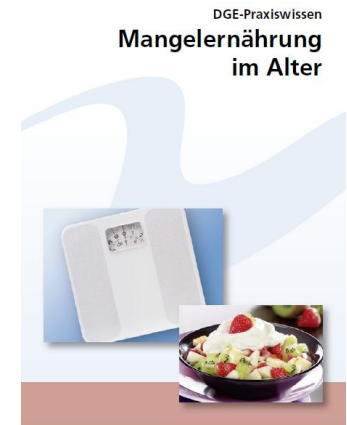
- Artikel 1 Lebensmittel-
hygiene-Verordnung
- Artikel 2 Tierische Lebens-
mittelhygieneverordnung
- Artikel 4 Verordnung mit
lebensmittelrechtlichen
Vorschriften zur Über-
wachung von Zoonosen
und Zoonoseerregern

Beratungs- und Fortbildungsmodule der DGE

- **Seminar:** „Von der Vorbereitung bis zur Ausgabe – Kompetenzgewinn für angelernte Mitarbeitende in der Gemeinschaftsverpflegung“
 - 04. Juni 2013
 - 29. Okt. 2013
- **Seminar für Fachkräfte:** „DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Krankenhäusern und Rehabilitationskliniken – Anwendung in der Praxis“
 - 28. Mai 2013
 - 05. Nov. 2013

Kostenfreie Angebote

- **www.station-ernaehrung.de**
- Qualitätsstandards, Implementierungshilfen
- Praxispaten und Beispiele aus der Praxis
- Informationsbroschüren



Qualitätsstandards - Ihre Vorteile

- Einheitliche Informationen auf aktueller wissenschaftlicher Grundlage
- Leitfaden: Orientierung und Überprüfung
- Hilfestellung in der Umsetzung
- Auszeichnung nach außen mittels Zertifizierung
- Wettbewerbsvorteil



Fazit

- Ernährung = wichtige **Grundvoraussetzung** für Genesung und Rehabilitation
- Qualitätsstandards geben **Hilfestellung** und Informationen für die Umsetzung einer gesundheitsfördernden, bedarfsgerechten Ernährung in der Praxis
- **Stärkung des Patienten** als Basis gegen Gefahren und Risiken durch sich ändernde Umweltbedingungen

Vielen Dank für Ihre Aufmerksamkeit!



Gefördert durch:



Bundesministerium für
Ernährung, Landwirtschaft
und Verbraucherschutz

aufgrund eines Beschlusses
des Deutschen Bundestages
15.02.2013

Fr. Horzetzky - Station Ernährung

www.in-form.de