

## **Vernetztes Arbeiten – Einblick in die Arbeit der Ernährungstherapie**

PNO – Fachtag Kehl, 25.04.2017  
„Kinder stärken. Essstörungen vermeiden“

**Birgit Becke, Dipl.oec.troph.**  
**Ernährungstherapie und –beratung**

Meisenweg 4, 72280 Dornstetten  
Tel. 07443-2899007, Fax -2899006  
E-Mail: [becke.birgit@t-online.de](mailto:becke.birgit@t-online.de)  
[www.becke-ernaehrung.de](http://www.becke-ernaehrung.de)

Registriertes Mitglied für Ernährungstherapie  
der Deutschen Gesellschaft der  
qualifizierten Ernährungstherapeuten  
und Ernährungsberater e. V. (QUETHEB)  
[www.quetheb.de](http://www.quetheb.de)

## **Übersicht**

- Begriffsbetrachtung
  - Essstörungen
  - Ernährungsberatung – Ernährungstherapie
  - Vernetztes Arbeiten
- Qualitätsmanagement Ernährungstherapie
- Prozessleitlinie Ernährungstherapie
- Methodik und Ziele der Ernährungstherapie
- Zusammenfassung

## Essstörungen

---

### Umgang mit Nahrung gerät außer Kontrolle

**Folge:** Sucht - "Nicht-aufhören-können"  
- unwiderstehliches Verlangen

**Formen:**

- Adipositas (Fettsucht)
- Bulimie (Ess-Brechsucht)
- Anorexia nervosa (Magersucht)

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Formen der Essstörungen

---

### Adipositas (Fettsucht)

- übermäßiges Essen
- einseitiges Essen
- häufig gescheiterte Diätversuche
- deutlich übergewichtig

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Formen der Essstörungen

---

### **Bulimia nervosa (Ess-Brechsucht)**

- anfallartig übermäßiges Essen mit anschließendem Erbrechen
- Medikamentenmissbrauch
- dauerndes Streben nach Schlankheit / Gewichtskonstanz
- normalgewichtig

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Formen der Essstörungen

---

### **Anorexia nervosa (Magersucht)**

- reduzieren der Nahrungsaufnahme bis zur völligen Verweigerung
- unerbittliche Härte gegen sich selbst
- zielloses Schlankwerden
- lebensbedrohlich untergewichtig

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Auslöser für Essstörung

- allgemeiner Schlankeitswahn (Medien, Idole)
- Wunsch nach Anerkennung/Liebe
- Beziehungsstörungen in der Familie
- soziale Probleme, Kontaktschwierigkeiten
- Angst vor Verantwortung / Erwachsenwerden
- Ablehnung der körperlichen Entwicklung
- Minderwertigkeitskomplexe / Schuldgefühle / Scham

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Frühsymptome erkennen

- Unklare Depressivität mit leichtem sozialem Rückzug
- Ehrgeiz / sehr gute Schüler / Bewunderung-Dominanz
- Exzessiver Sport
- Toilettengang nach jeder Mahlzeit
- Aufnahme (nicht selektierter) hoher Essensmengen
- Wahl ausschließlich bestimmter Lebensmittel
- Kleidungsänderung: dicke Pullover / lange und weite T-Shirts

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Hilfestellungen

### Professionelle Hilfe unbedingt erforderlich!

Medizinische Behandlung,  
Ernährungsberatung/ -therapie  
Psychotherapie

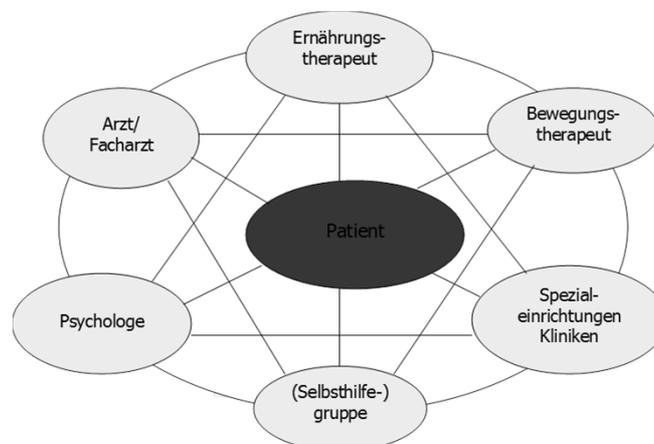
### Erste (Laien-) Interventionsmöglichkeiten

- Gespräche und Motivation
- Verständnis und Zuwendung
- Stärkung von Selbstbewusstsein und Eigenkompetenz
- Aufklärung und Information (Beratungsstellen, Experten ...)
- Strategien und Lösungsmöglichkeiten miteinander erarbeiten!

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Der Patient im Behandlungsnetzwerk



PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Ernährungsberatung - Ernährungstherapie

### Gesunde

primärpräventiv  
(Vorbeugung)

Beratungen, Vorträge,  
Projekte, Schulungen

kurzfristige  
Einzelmaßnahme

### Kranke

sekundärpräventiv (Therapie)  
tertiärpräventiv (Rehabilitation)

individuelle Einzelberatungen,  
Schulungen in Kleingruppen

längerfristiges therapeutisches  
Gesamtkonzept

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Qualitätsmanagement Ernährungstherapie

Fachliche Kompetenz  
Methodisch-didaktische Kompetenz  
Betriebswirtschaftliche Kompetenz

Organisation und Abwicklung aller Prozesse

- strukturiert
- dokumentiert
- überprüfbar
- nachvollziehbar und transparent

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Prozessleitlinie Ernährungstherapie

### Therapieeinheiten

- Erstgespräch/Anamnese/Diagnose
- Beratungsgespräche
- Betreuungsgespräche
- Abschlussgespräch

### Vor- und nachbereitende sowie abschließende Arbeiten

- Dokumentation
- Berichterstattung
- Rechnungsstellung
- Evaluationsmaßnahmen

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

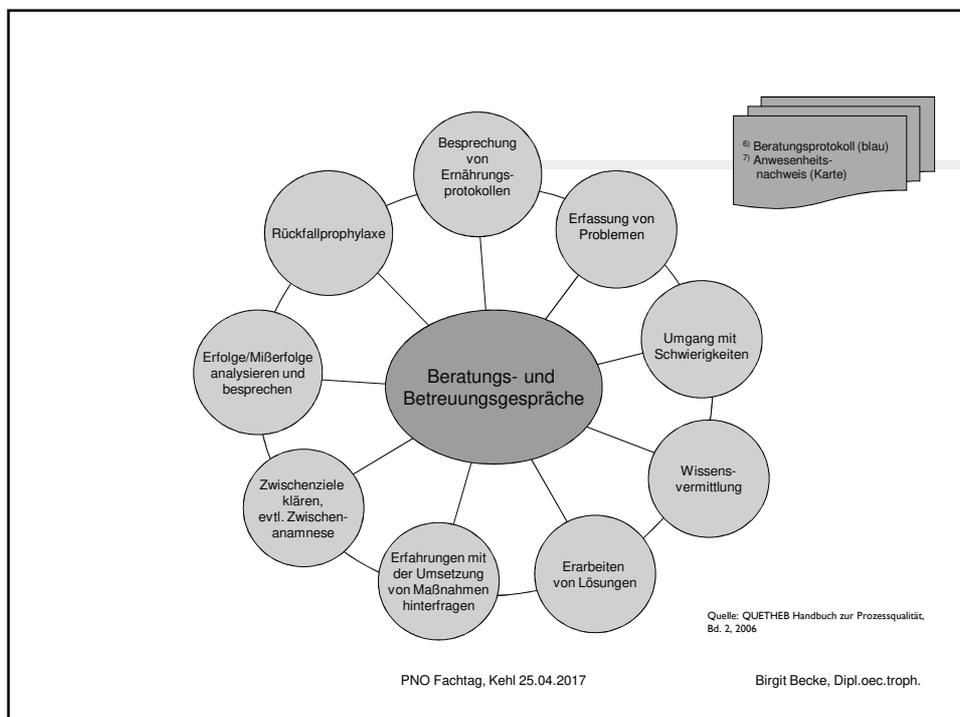
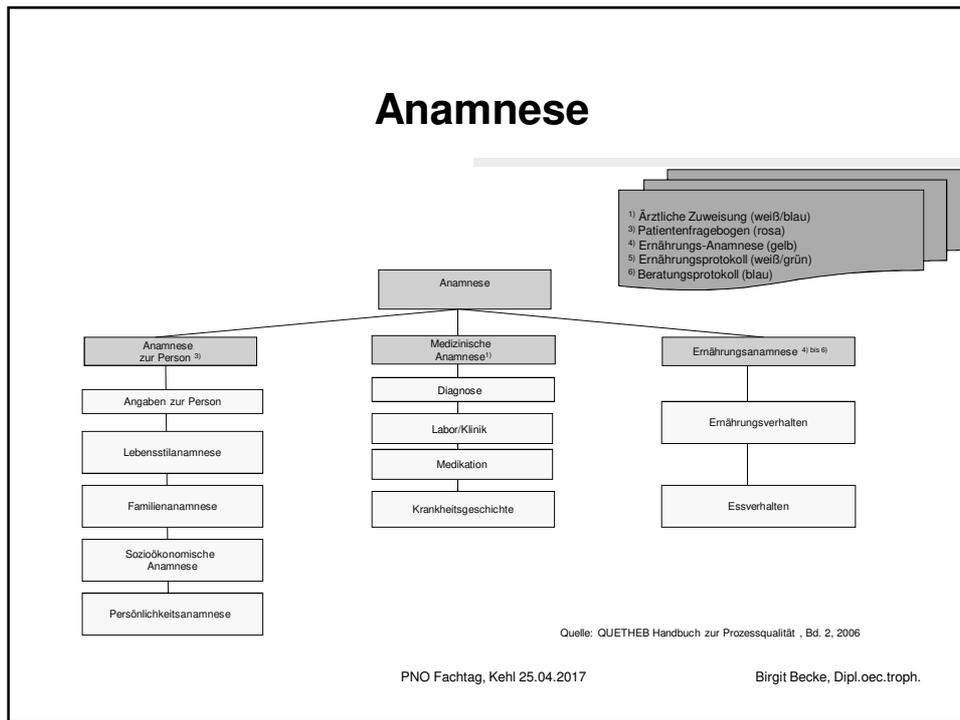
Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

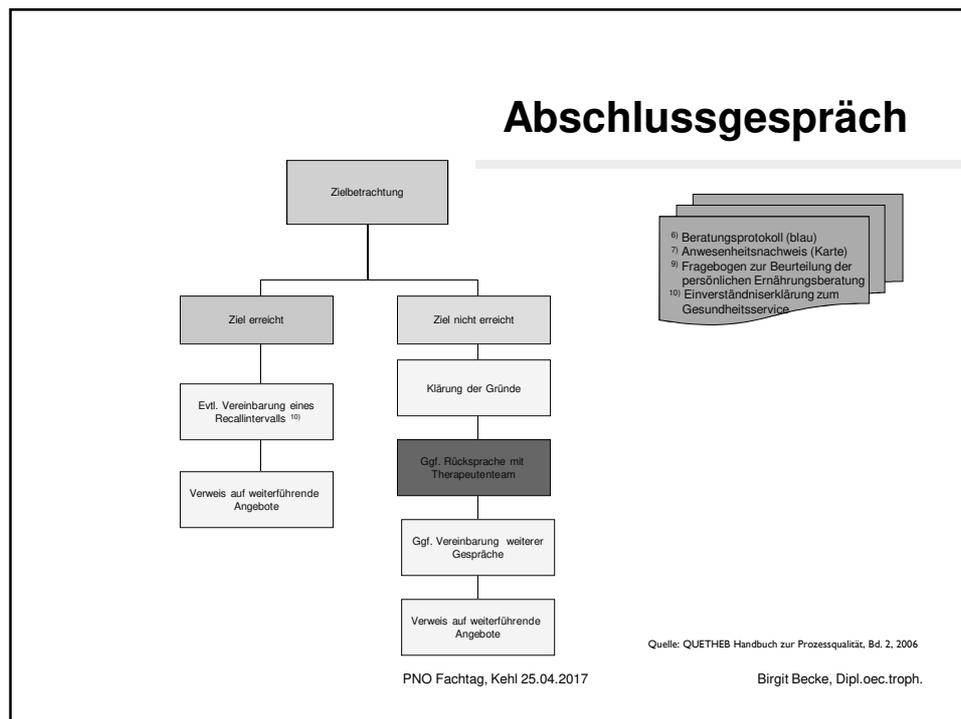
## Ernährungstherapie

- **Erstgespräch**
  - Anamnese (Krankheitsgeschichte, Familien-, Sozial-, Lebensstil- und Persönlichkeitsanamnese, Ernährungsanamnese)
  - Ernährungsprotokoll (Anleitung)
  - Gemeinsame Zielfestlegung
- **Nährwertanalysen, vorbereitende Arbeiten, Arztkontakt**
- **Beratungsgespräche auf Basis der Auswertungsergebnisse**
  - Lebensmittelauswahl
  - Nährstoffversorgung
  - Essverhalten
  - Lebensführung
- **Betreuungsgespräche**
  - Unterstützung zur Familien- und Alltagstauglichkeit der Maßnahmen
  - Überprüfung/ Korrektur des Essverhaltens
  - Verhaltensmodifikation und Strategieanpassung
  - Motivation und Lob
- **Abschlussgespräch**
- **Recall (Rückfallprophylaxe)**

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.





## Methoden

- ✓ Aufklärung und Information
- ✓ Gemeinsame Erarbeitung von Strategien und Problemlösungen
- ✓ Gespräche und Motivation zur Bewältigung von Alltagsproblemen
- ✓ Training von Ernährungs- und Einkaufsverhalten
- ✓ Geschmack- und Genussübungen
- ✓ Rollenspiele zur Verhaltensmodifikation
- ✓ Verständnis, Zuwendung und Lob
- ✓ Stärkung von Selbstbewusstsein und Eigenkompetenz
- ✓ Anleitung zur Selbstverantwortung
- ✓ Verbesserung / Stabilisierung der Lebensqualität

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Verhaltensmodifikation

- Korrektur des Ernährungsverhaltens
  - Lebensmittelauswahl
  - Essgewohnheiten
  - Lebensstil
- Nachhaltigkeit durch
  - Alltags- und Familientauglichkeit
  - Berücksichtigung des sozialen Umfeldes
  - Strategien für flexible Verhaltenskontrolle
  - Stärkung der Motivation
  - Rückfallprophylaxe

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Ziele

- Günstige Beeinflussung, Linderung, Behandlung von Erkrankungen
- Verhinderung / Vorbeugung von Sekundärerkrankungen
- Einsparung von Medikamenten
- Erhaltung bzw. Verbesserung der Lebensqualität

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Fazit

### **Qualifizierte Ernährungstherapie bei**

- Krankheitsbedingten Ernährungsstörungen
- Ernährungsabhängigen Erkrankungen
- Essstörungen wie Adipositas, Anorexia nervosa, Bulimia nervosa etc.
- Allergien, Intoleranzen etc.

**definiert sich** durch interdisziplinäre Betreuung des Patienten,

**orientiert** sich an medizinischen und psychologischen Notwendigkeiten,

**berücksichtigt** familiäre, berufliche und soziale / gesellschaftliche Bedingungen und

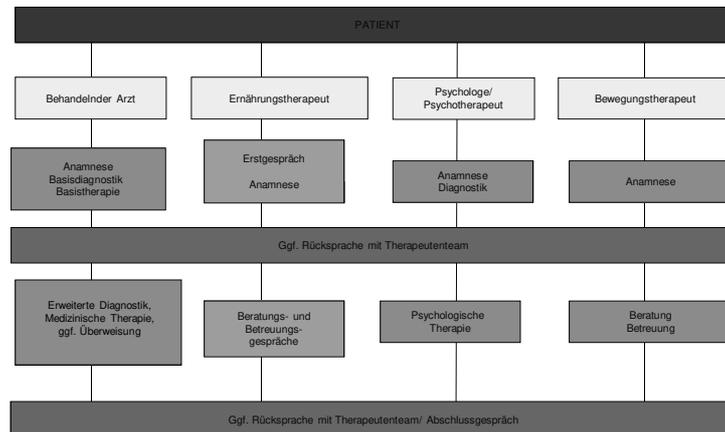
**basiert** auf aktuellen wissenschaftlichen Erkenntnissen und Leitlinien.

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Kooperation im Therapeutenteam

Quelle: QUETHEB Handbuch zur Prozessqualität Bd. 2, 2006



PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Qualifizierte Kooperationspartner für die Ernährungstherapie

- Diplom-Oecotrophologen / Ernährungswissenschaftler
- Diätassistenten
- Ärzte (Ernährungsmediziner)

jeweils mit nachgewiesener, berufsspezifischer Zusatzqualifikation durch Zertifikate der Berufsverbände und/oder durch die QUETHEB-Registrierung!

Ernährungstherapie und -beratung wird damit auch zu einer bezuschussungsfähigen Leistung der Krankenkassen.

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Hilfreiche Websites

- **www.quetheb.de**  
produktneutrale, zertifizierte und unabhängig registrierte Dipl.oec.troph.,  
Diätassistenten, Ernährungsmediziner – spezielle Überprüfung anhand von  
Fallbesprechungen zur **Registrierung für Ernährungstherapie!**
- **www.vdoe.de**  
zertifizierte Dipl.oec.troph.
- **www.vdd.de**  
Diätassistenten
- **www.dge.de**  
zertifizierte Dipl.oec.troph., Diätassistenten
- **www.debinet.de**  
Dipl.oec.troph., Diätassistenten, Ernährungsmediziner

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.

## Schlussbetrachtung

Die Lebensqualität zu erhalten und zu  
verbessern  
ist unsere wichtigste Aufgabe in der  
Ernährungstherapie  
und das Ziel  
jedes qualifizierten und professionellen  
Ernährungstherapeuten.

PNO Fachtag, Kehl 25.04.2017

Birgit Becke, Dipl.oec.troph.