Zeitschrift: Das Schweizerische Rote Kreuz

Herausgeber: Schweizerisches Rotes Kreuz

Band: 92 (1983)

Heft: 3

Artikel: Im Dienste von Patienten und Volksgesundheit : die Ernährungsberaterin

Autor: E.T.

DOI: https://doi.org/10.5169/seals-547811

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. Mehr erfahren

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. En savoir plus

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. Find out more

Download PDF: 13.07.2025

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, https://www.e-periodica.ch

Im Dienste von Patienten und Volksgesundheit: die Ernährungsberaterin

Was ist eine Ernährungsberaterin? Diesem noch wenig bekannten Beruf (zumal er einen neuen Namen erhielt, der das veraltete «Diätassistentin» ersetzt) ist der nachfolgende Artikel gewidmet. Er fusst auf einem früher in der französischen Ausgabe unserer Zeitschrift veröffentlichten Interview mit Ute Kranholdt, Leiterin der Schule für Ernährungsberaterinnen am Inselspital Bern.
Der Beruf steht grundsätzlich Frauen und Männern offen, da er aber gegenwärtig nur von Frauen ausgeübt wird, verwenden wir die weibliche Berufsbezeichnung.

Ein altes Anliegen
Diätetik ist zwar als Wissenschaft noch jung, das Wissen vom Einfluss der Ernährung auf das allgemeine Befinden jedoch ist alt. Erstmals wurde die «diaita» (Lehre von der gesunden Lebens- und Ernährungsweise) wohl in der Arztschule von Kos unter Hippokrates systematisch in die ärztliche Behandlung einbezogen. In unserem Lande gehen die Anfänge einer wissenschaftlich fundierten Ernährungslehre in die zwanziger Jahre unseres Jahrhunderts zurück (Entdeckung der Vitamine!). 1930 erhielten vier Krankenschwestern eine dreimonatige Ausbildung auf diesem Gebiet. 1931 führte das Kantonsspital Zürich einen zweijährigen Lehrgang für Diätassistentinnen ein. Nach dem Zweiten Weltkrieg erhielt die Ernährungslehre immer grössere Bedeutung und verlangte nach mehr Personal und besserer Ausbildung; diese wurde auf 6 Semester erweitert.

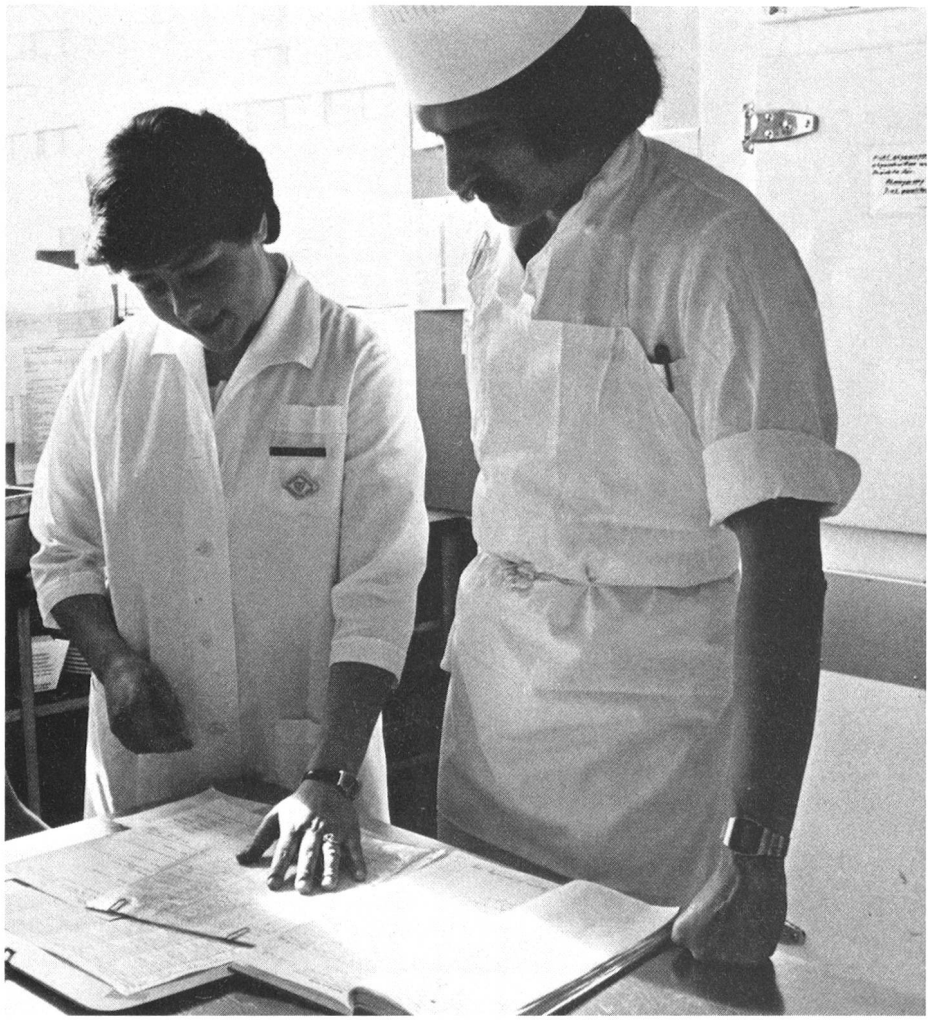
Heutiger Inhalt des Begriffs
Im engeren Sinn bedeutet «Diät» Krankenkost, jedoch der ursprüngliche Sinn, wie ihn die wörtliche Übersetzung aus dem Griechischen zeigt, meinte eine gesunde Ernährungs- und Lebensweise, und diese Bedeutung wird heute wieder mehr betont, deshalb wurde auch ein neuer Name eingeführt. Seitdem erkannt wurde, dass bestimmte Nahrungsstoffe Krankheiten wie Zirkulationsstörungen, Gicht, Diabetes, Karies verursachen, versucht man, diesen Krankheiten auch von der Ernährung her beizukommen, einerseits als Teil der Behandlung, anderseits in der Vorbeugung. Daneben besteht natürlich immer noch die Aufgabe, für Spitalpatienten mit den Ärzten zusammen die Diäten zu planen, individuell angepasst zusammenzustellen und die Zubereitung in der Spitalküche zu überwachen.

Die Rolle der Ernährungsberatung in der Vorbeugung
Besonders seit dem letzten Weltkrieg wurden in der Ernährungslehre viele neue Erkenntnisse gewonnen, und sie werden ständig erweitert. Wir wissen, dass sich heute grosse Teile der Bevölkerung falsch ernähren, es gibt also viel Arbeit für die Ernährungsberaterin. Erstens muss eine engere Zusammenarbeit mit den Theoretikern, den Wissenschaftern angestrebt werden, vor allem aber gilt es, Mittel und Wege zu finden, die Erkenntnisse unter die Leute zu bringen, in allen Schichten. Wenn wir eine Verbesserung erreichen wollen, dürfen wir nicht mit erhobenem Zeigefinger auf die «Sünden» hinweisen (in der westlichen Welt ist Überfütterung der wichtigste Krankheitsauslöser), wir müssen vielmehr davon ausgehen, dass Essen zu den angenehmen Dingen des Lebens gehört und gehören darf. Wir können zum Beispiel darauf aufmerksam machen, dass sich gewisse schädliche Produkte durch andere ersetzen lassen: Zucker durch Süssstoffe, stark fetthaltige durch fettarme usw. Das wird Auswirkungen auf die Nahrungsmittelindustrie haben, sie kommen aber nicht von heute auf morgen. Ganz allgemein sollte die Bevölkerung lernen, vernünftig zu essen, Einseitigkeiten und Überkonsum zu vermeiden und zu einer einfacheren Ernährungsweise zurückzukehren (beispielsweise nicht bei jedem geselligen Anlass eine grosse Schlemmerei zu veranstalten). Essgewohnheiten sind allerdings zählebig und schwer zu ändern, weil sie schon in frühester Kind-

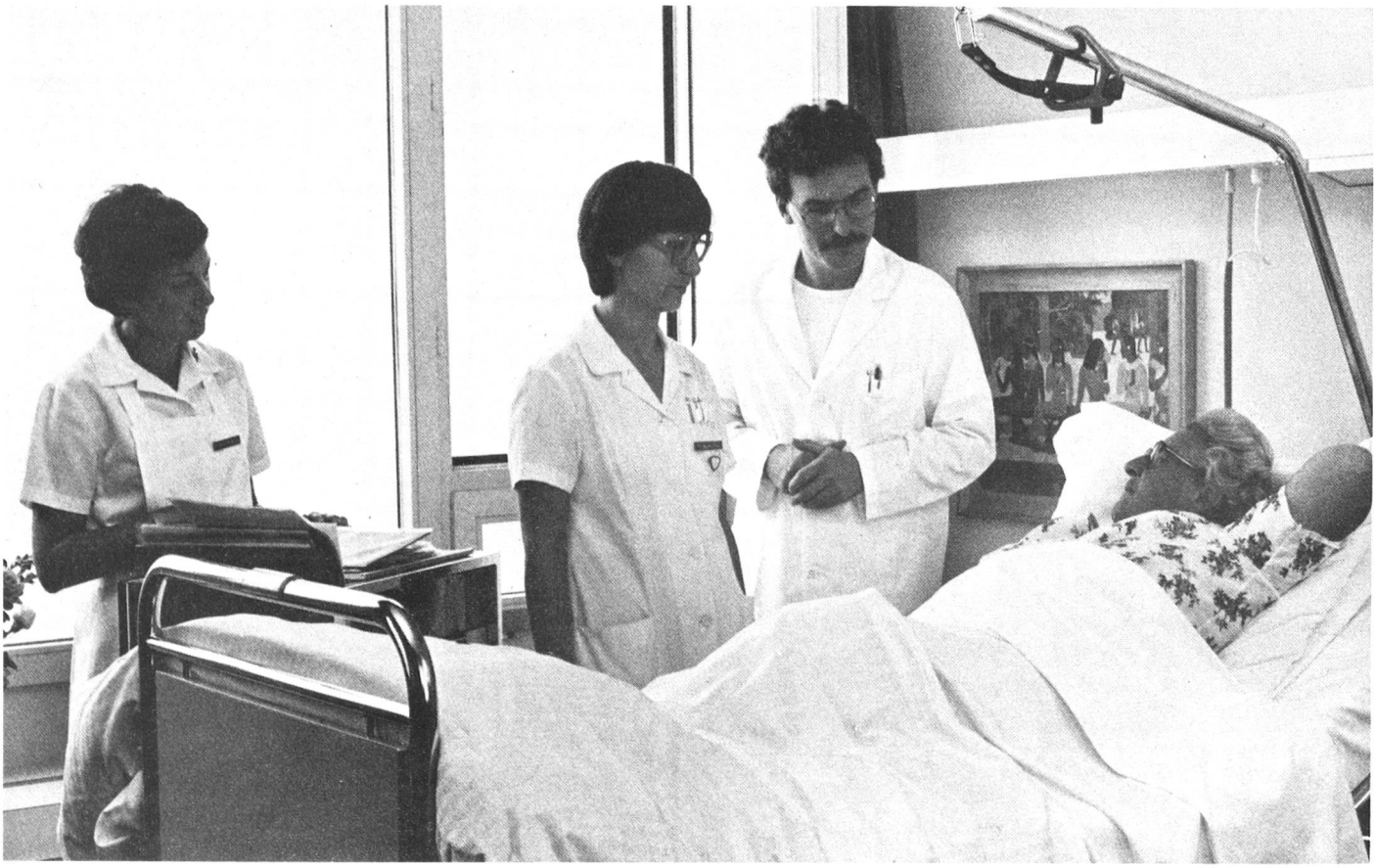
Die Ernährungsberaterin arbeitet nicht mehr nur im Spital, sondern zunehmend auch in der öffentlichen Gesundheitspflege. Verschiedene Städte haben Ernährungsberatungsstellen für jedermann eingerichtet.

heit eingepflanzt werden. Sie beruhen auf Traditionen, die von Generation zu Generation weitergegeben werden, obwohl sich die Lebensumstände geändert haben.

Das Interesse an einer gesunden Ernährung ist in letzter Zeit gewachsen. Unglücklicherweise werden die Konsumenten aber durch einen Haufen einseitiger und widersprüchlicher «Lehren», die in Zeitschriften und Büchern angeboten werden, verwirrt. Statt den Lesern nahezulegen, «normale», gesunde, in ihrer Zusammensetzung ausgewogene Nahrungsmittel aller Art zu essen und in allem Mass zu halten, wird lieber das Sensationelle gesucht und verbreitet, besonders wo es um Abmagerungsmethoden geht. Da werden die ausgefallensten «Kuren» angepriesen, und viele Leichtgläubige fallen darauf herein. Die Ernährungsberaterin mit ihrem



Die Ernährungsberaterin bespricht sich mit dem Koch der Spitalküche. Fehlernährung ist eine der häufigsten Krankheitsursachen. Arzt, Ernährungsberaterin und Schwester stellen mit den Patienten zusammen den Ernährungsplan auf, der zur Besserung beitragen wird.



umfassenden Wissen, das ihr erlaubt, auch psychologische, kulturelle, finanzielle Gesichtspunkte zu berücksichtigen und die sowohl die theoretische wie die praktische Seite der Probleme kennt, kann hier wertvolle Aufklärung leisten.

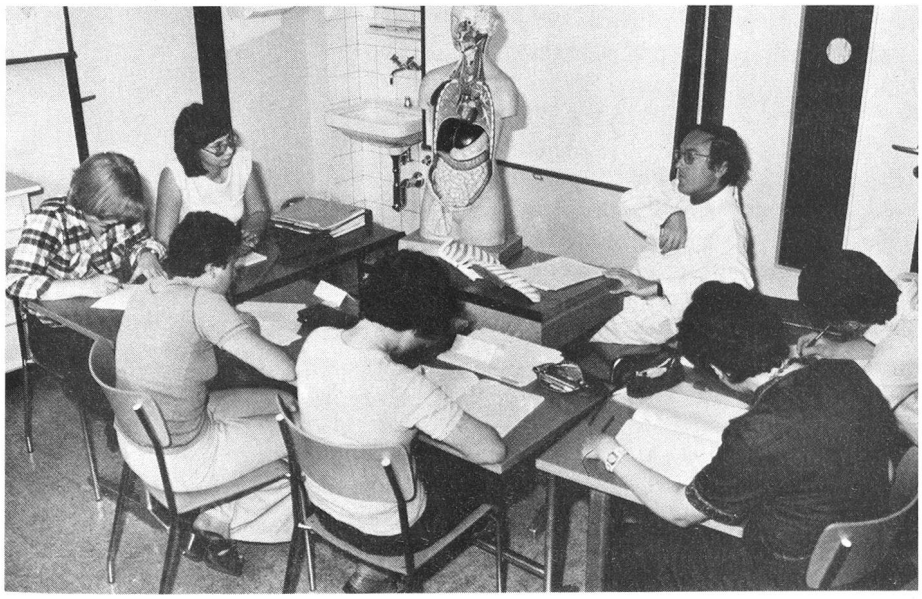
Zusammenarbeit mit den Ärzten
Leider wird die Ernährungsfrage von den Ärzten eher vernachlässigt; sie hatte schon in ihrer Ausbildung zu wenig Gewicht, auch haben die Ärzte weder die Zeit noch die Kenntnisse, mit dem Kranken ins Detail zu gehen, wenn dieser nach der Entlassung aus dem Spital oder als Klient der Praxis eine bestimmte Diät einhalten oder seine ganze Ernährungsweise umstellen sollte. Er legt Richtlinien fest und gibt allgemeine Empfehlungen, aber die muss die Ernährungsberaterin für den Patienten umsetzen und ihm bei der Bewältigung der praktischen Probleme helfen: Zusammenstellen der Menupläne, Einkauf, Kochen, Hilfsmittel usw. Diese näheren Angaben sind oft unerlässlich, damit der Patient die ärztlich angeordnete Diät wirklich befolgen oder seine krankmachenden Essgewohnheiten verändern kann.

Die Ausbildung zur Ernährungsberaterin
In der Schweiz bestehen drei Schulen für diesen Beruf: in Zürich, Genf und Bern. Seit kurzem ist die Regelung, Überwachung und Förderung dieser Ausbildung dem Schweizerischen Roten Kreuz unterstellt, das im Auftrag der Schweizerischen Sanitätsdirektorenkonferenz durch eine paritätisch zusammengesetzte Arbeitsgruppe entsprechende Bestimmungen und Richtlinien ausarbeitete und am 13. Dezember 1982 in Kraft setzte.
Nach diesen Richtlinien kann der Eintritt nach dem vollendeten 18. Altersjahr erfolgen. Verlangt werden
- Abschluss von 10 Schulklassen mit Biologie-, Physik- und Chemieunterricht,
- gute Kenntnisse einer zweiten Landessprache,
- ein dreimonatiges Praktikum als Schwesternhilfe,
- körperliche, intellektuelle und charakterliche Eignung.

Die Schulen führen Eignungsprüfungen durch.

Die dreijährige Ausbildung ist sehr vielseitig und anspruchsvoll. Sie umfasst Unterricht in Ernährungslehre, Biochemie, Mikrobiologie, Bakteriologie, Physiologie, Pathophysiologie, Anatomie, Pädiatrie, Psychologie, Sozial- und Präventivmedizin, Ernährungsberatung, Organisationslehre. Ferner wird über die Sozialversicherung und das öffentliche Gesundheitswesen sowie über den Koordinierten Sanitätsdienst orientiert.
In der Schule am Inselspital Bern zum Beispiel erhalten die Schülerinnen im ersten Semester neben dem theoretischen Unterricht (medizinische Grundkenntnisse und Biochemie) zweimal in der Woche Unterricht in der Diätküche der Schule. Vom 2. bis 6. Semester arbeiten sie in verschiedenen Krankenhäusern des Kantons Bern, aber auch in Basel, Freiburg und Lausanne und besuchen wöchentlich während eines Tages die Schule. Vor dem Diplomexamen kommen alle zu einem vierwöchigen Schlusskurs, welcher der Wiederholung dient, nach Bern zurück.

Die Tätigkeitsgebiete der Ernährungsberaterin
Im Spitalbereich, wo die Ernährungsberaterin heute noch vorwiegend arbeitet, besteht ihre Aufgabe darin, mit den Ärzten die Ernährungstherapien auszuarbeiten, die notwendigen Berechnungen auszuführen und die Menupläne zusammenzustellen. Die Diäten sollen trotz Einschränkungen möglichst schmackhaft und abwechslungsreich sein – ein kompliziertes Zusammensetzspiel, das durch persönliche Unverträglichkeiten oder Abneigungen noch erschwert wird. Die Beraterin bespricht die ärztlichen Anweisungen mit dem Patienten und erklärt ihm, was damit erreicht werden soll. Manchmal erhält die Ernährungsberaterin von Ärzten Patienten aus ihrer Praxis zur Beratung zugewiesen. Sie hat aber auch mit der Küche zu tun. Einmal muss sie die Diätmenus zusammenstellen, vielleicht auch ein neues Rezept einführen und unter Umständen Krankenkost, die besonders genau abgewogen und sorgfältig gekocht werden muss, selber zubereiten. Sie ist für die Einhaltung der Diätvorschriften allgemein und die richtige Abgabe an die Patienten verantwortlich.
Da die Präventivmedizin immer mehr Boden gewinnt, findet die Ernährungsberaterin zunehmend auch Anstellung in öffentlichen Gesundheitsdiensten. So haben beispielsweise die Gemeinden Lausanne, Zürich und Bern Ernährungsberatungsstellen eingerichtet, wo jedermann Rat und Auskunft holen kann. Die Beraterin gibt auch öffentliche Kurse, hält Vorträge und schreibt Artikel. Sicher wird sie in Zukunft öfter auch an die Seite von Gesundheitsschwester und Fürsorgerin in Gemeinden treten und deren Arbeit unterstützen, indem sie den Kranken beziehungsweise ihren Familien mit praktischen Anweisungen hilft, die Ernährung für die Heilung und die Gesunderhaltung einzusetzen.

E.T.

Angehende Ernährungsberaterinnen im Anatomie-Unterricht durch den Arzt.