

Ausgewogene Ernährung ist wichtig – auch in Spitälern

Mangelernährung ist in europäischen Spitälern verbreitet. Auch in der Schweiz steigt das Bewusstsein für dieses Thema. Jedoch fehlen die organisatorischen Strukturen und Prozesse für den Umgang damit noch weitgehend. Interdisziplinäre Zusammenarbeit, Weiterbildung in Ernährungswissen und vor allem die Realisierung entsprechender Massnahmen wie die Schaffung von einheitlichen Standards oder der Aufbau von Ernährungsteams können mithelfen, das Wohl der Patienten zu steigern und Kosten zu senken.



Ernährung in Spitälern – aktuelle Situation

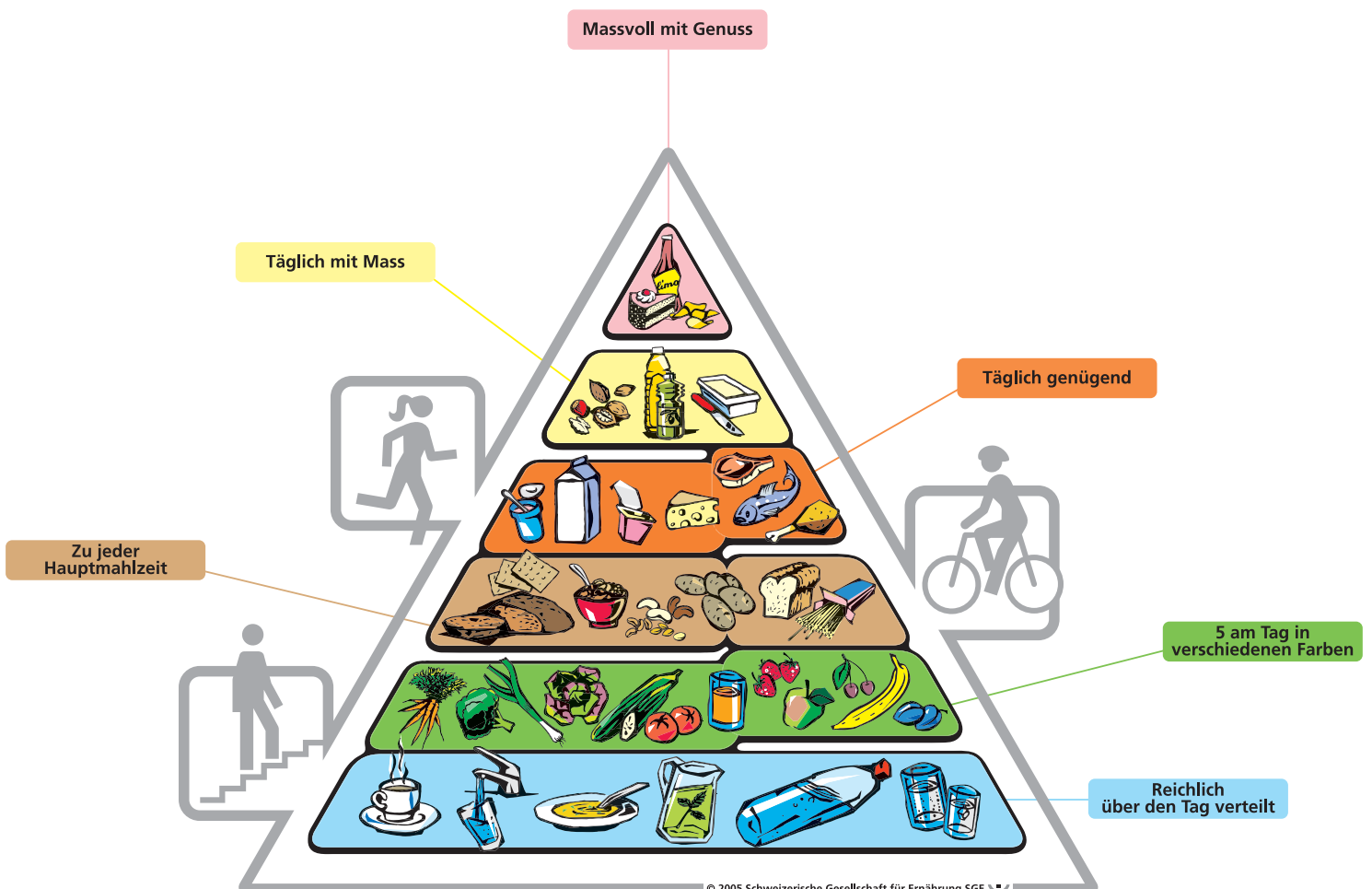
Mangelernährung ist in europäischen Spitälern verbreitet. In der Schweiz geht man davon aus, dass 20 bis 40% der Patienten bei Spitaleintritt bereits mangelernährt sind. Häufig verschlechtert sich der Ernährungszustand während des Spitalaufenthalts noch. Mangelernährung vermindert die Lebensqualität, verursacht Komplikationen und verlängert den Spitalaufenthalt, was zu erheblichen Mehrkosten führt. Basierend auf den Erkenntnissen einer Expertengruppe des Europarates, hat die Eidgenössische Ernährungskommission im April 2006 Empfehlungen erarbeitet, die mithelfen sollen, praxismgerechte Lösungen zur Verbesserung der Situation zu finden. Eine weitere Studie, im Oktober 2006 im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit (BAG) erstellt, setzt sich mit den medizinischen Kosten und der Kosteneffektivität bei Verhinderung von Mangelernährung in Spitälern auseinander. Sie konstatiert, dass kaum bekannt ist, dass mit der Verhinderung von Mangelernährung auch Kosten eingespart werden können. Aus Zeit- und Ressourcenmangel wird zudem wenig dagegen unternommen.

Empfehlungen für eine ausgewogene Ernährung

Ausgewogene Ernährung hilft mit, Krankheiten vorzubeugen und ein gesundes Körpergewicht zu erhalten. Die Lebensmittelpyramide der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung (SGE) stellt deshalb Empfehlungen für eine ausgewogene



Ernährung leicht verständlich dar. Eine bedarfsgerechte und ausreichende Zufuhr von essenziellen Nähr- und Schutzstoffen kann mit einer ausgewogenen Mischkost erreicht werden. Dabei ist die Pyramide kein starrer Ernährungsplan, vielmehr lässt sich mit ihr ein abwechslungsreicher Speiseplan zusammenstellen, der Genuss und Freude am Essen verspricht. Die Empfehlungen der Lebensmittelpyramide richten sich an gesunde Erwachsene mit einem täglichen Energiebedarf von 1800 bis 2500 kcal (7,4–10,6 MJ). Die Lebensmittelpyramide zeigt, von welchen Gruppen wie viel gegessen werden darf. Wer täglich alle Gruppen (Stufen) im empfohlenen Verhältnis berücksichtigt, ist vollständig versorgt mit allen lebenswichtigen Nährstoffen. Auch das Bundesamt für Gesundheit (BAG) betont in seinen Ernährungsempfehlungen die Wichtigkeit, abwechslungsreich und vielseitig zu essen. Dies ist der sicherste Weg, um den Bedarf an allen wichtigen Nährstoffen (Kohlenhydrate, Eiweisse, Fett), Vitaminen und Mineralstoffen zu decken. Damit kann beispielsweise auch einer Mangelernährung von Spitalpatienten vorgebeugt werden.



Quelle: Schweizerische Gesellschaft für Ernährung

Zunehmende Sensibilität – fehlende Voraussetzungen

Die Erkenntnis, dass Mangelernährung in Schweizer Spitälern ein Problem ist, hat aber zugenommen und in einigen Kliniken sind entsprechende Projekte am Laufen. In vielen Spitälern fehlen jedoch die organisatorischen Strukturen und Prozesse für den Umgang damit noch weitgehend. So gibt es in weniger als einem Drittel der Schweizer Spitäler Ernährungskommissionen und nur 2,5% der Schweizer Spitäler (14 von 572) haben funktionierende Ernährungsteams. In einem grossen Teil der Kliniken sind zudem keine Ernährungsstandards bekannt. Weiter stellt die Eidgenössische Ernährungskommission fest, dass nationale Standards oder Richtlinien für die Erhebung (Risiko-Screening), die Beurteilung und die Überwachung des Ernährungszustandes sowie für die Ernährungstherapien fehlen. Zudem sind eine funktionierende interdisziplinäre Zusammenarbeit und eine genügende Ausbildung des behandelnden Personals in Ernährungsfragen in den Spitälern oft nicht vorhanden.

Patienten – mehr Informationen notwendig

Vielen Patienten ist nicht bewusst, wie wichtig die Ernährung für ihre Gesundheit und Genesung ist. Damit sie Verantwortung übernehmen können, müssen sie ein besseres Wissen haben. Der Patient sollte darum über eine gesunde und ausgewogene Ernährung beraten oder schriftlich informiert werden. Er muss die Ernährung als Teil seiner Behandlung sehen und wissen, wie er allenfalls eine diplomierte Ernährungsberaterin anfordern kann, um Beratung zu seiner Ernährung zu erhalten.

Kosteneinsparung durch richtige Ernährung

Die wichtigsten Folgen der Mangelernährung von Patienten sind eine grössere Sterblichkeit, Morbidität (Häufigkeit von Krankheit in der Bevölkerung) und erhöhte Komplikationshäufigkeit ($\frac{2}{3}$ bei Mangelernährten gegenüber $\frac{1}{3}$ bei Normalernährten). Zudem ist die Aufenthaltsdauer bei Mangelernährten 4,9 Tage länger gegenüber Normalernährten (2,5 Tage davon entfallen auf die Mangelernährung allein). Mangelernährte weisen auch einen erhöhten Verbrauch von Ressourcen im Spital auf und sind bei der Entlassung weniger selbstständig als Normalernährte.

Die medizinischen Kosten infolge von Mangelernährung allein im Spital sind immens und betragen gut eine halbe Milliarde Franken im Jahr (2004: 526 Mio. CHF). Interventionen zur Erkennung und Behandlung der Mangelernährung sind aber verfügbar, bei konsequenter Anwendung wirksam und insgesamt Kosten sparend. Einem Aufwand von einigen hundert Franken gegenüber, werden Kosteneinsparungen von CHF 1400.– bis CHF 2800.– pro Patient und Spitalaufenthalt

Spitalpersonal – Ernährung im Auge behalten

Die Ernährung sollte bei der täglichen Arztvisite ein Thema sein. Die Menügestaltung und die Abgabezeiten sollten bedürfnisorientiert auf den Patienten zugeschnitten sein. Nachgeführte Essprotokolle können helfen, den schlechten Ernährungszustand eines Patienten festzuhalten und zu verbessern (Protein-, Energie-Mangelernährung). Einem erhöhten Bedarf an Energie und Protein kann so zielgerichtet entsprochen werden. Zudem sollte nach Möglichkeit die Nahrungsaufnahme der Patienten überwacht werden.

als realistisch beurteilt. Fazit: Je früher eine Intervention erfolgt, umso besser ist dies für den Patienten, vor allem aber auch aus wirtschaftlicher Sicht.

Empfohlene Massnahmen

Folgende Massnahmen zur Erkennung und Behandlung von Mangelernährung in Spitälern werden deshalb von der Eidgenössischen Ernährungskommission vorgeschlagen:

- Die **Schaffung von Standards und Empfehlungen** für Schweizer Spitälern, die das Risiko-Screening, die Beurteilung und Überwachung des Ernährungszustandes sowie spezifische Aspekte der Ernährungstherapie und der Spitalernährung betreffen,
- **Patientenakten** sowie medizinische Überweisungs- und Entlassungsdokumente sollten neben der Diagnose auch Angaben über eine allfällige krankheitsbedingte Mangelernährung des Patienten enthalten,
- die **Aus- und Weiterbildung in Ernährungswissen** von Ärzten, Pflegefachpersonen, Gastronomie (Küche und Hotellerie) sollte ausgebaut und gefördert werden,
- durch die **Einführung von Ernährungskommissionen** und Ernährungsteams sollen standardisierte Strukturen geschaffen werden, die die interdisziplinäre Zusammenarbeit, die Verantwortlichkeiten und die Kommunikation regeln.

Es lohnt sich, die Wichtigkeit der Ernährung in Spitälern zu thematisieren und sich der Konsequenzen einer Mangelernährung bewusst zu werden. Benötigt werden massgeschneiderte Lösungen, die das Wohl der Patienten steigern und dadurch die Kosten senken.

Weiterführende Informationen

- Andreas Frei (2006): Mangelernährung im Spital – medizinische Kosten und Kosteneffektivität bei Verhinderung. Bericht im Auftrag des Bundesamtes für Gesundheit.
- Bundesamt für Gesundheit (2005): Mangelernährung im Spital.
- Fleisch Information 3/05: Das Fleisch in der überarbeiteten Lebensmittelpyramide.
- www.sge-ssn.ch
- www.bag.admin.ch

Patronat:

«Schweizer Fleisch»
Proviande
Postfach 8162
3001 Bern

Verantwortlich:

Fleisch Information, Stephan Scheuner
Telefon 031 309 41 41
E-Mail stephan.scheuner@proviande.ch



Alles andere ist Beilage.