

Pressemitteilung

Ernährungskonzept der RehaZentren Baden Württemberg

Indikationsspezifisch, gesundheitsfördernd und individuell

Stuttgart, den 30.03.2016. Die Ernährung ist ein wesentlicher Bestandteil unseres Lebens und bestimmt das physische und psychische Wohlbefinden maßgeblich mit. Dies gilt ganz besonders in speziellen Lebensumständen, wie z.B. bei einer akuten Erkrankung oder in der Rehabilitationsphase. Denn: Eine bedarfsgerechte und bedürfnisorientierte Verpflegung kann Patientinnen und Patienten aktiv bei der Genesung unterstützen und zu mehr Lebensqualität beitragen. Dementsprechend bieten die Kliniken der RehaZentren Baden-Württemberg gGmbH ein differenziertes und vielfältiges Ernährungskonzept an, das ab dem 01. April um eine weitere Kostform erweitert wird: Die kohlenhydrat-reduzierte Ernährung, häufig auch als LOGI[®]-Methode bekannt.

Gerade im Bereich der Rehabilitation ist die Ernährung für den Krankheitsverlauf und letztendlich den Behandlungserfolg von elementarer Bedeutung. Denn „neben den medizinischen Therapien ist es eines der Hauptziele der Rehabilitation, bei den Patientinnen und Patienten eine Verhaltens- und Lebensstiländerung anzustoßen und damit den Reha-Erfolg nachhaltig zu sichern. Einer der zentralen Bausteine ist hierfür die Umstellung der Ernährungsgewohnheiten, die wir intensiv begleiten“, so Dr. Constanze Schaal, Geschäftsführerin der RehaZentren Baden-Württemberg gGmbH.

Dementsprechend bieten alle Kliniken der RehaZentren Baden-Württemberg ihren Patientinnen und Patienten ein an den neuesten medizinischen Erkenntnissen ausgerichtetes Ernährungskonzept an. Dieses umfasst – streng nach dem Motto „indikationsspezifisch, gesundheitsfördern und individuell“ verschiedene Kostformen sowie spezielle Kost bei Unverträglichkeiten oder Erkrankungen, die einer gesonderten Ernährungstherapie bedürfen.

Im Fokus der Behandlung steht häufig massives Übergewicht und damit eine Vielzahl an ernährungsmitbedingten Krankheiten wie Herzinfarkt, Diabetes oder auch Arthrose des Knie- und Hüftgelenks. Um diesen Erkrankungen erfolgreich zu begegnen, nehmen gesundheitsförderndes Verhalten und Änderung des Lebensstils innerhalb einer rehabilitationsmedizinischen Behandlung einen immer größeren

Raum ein. Während ihres Aufenthalts in der Rehaklinik erhalten die Patientinnen und Patienten neben der „eigentlichen“ Behandlung ausführliche Informationen zu ihren Ernährungsgewohnheiten und entsprechende Schulungen. Es werden ihnen damit, neben der medizinischen Rehabilitation, Wege aufgezeigt, die ihnen nach Abschluss der Behandlung eine gesundheitsbewusste und gesundheitsfördernde Lebensweise in Alltag und Beruf ermöglichen.

Um dieses Ziel zu erreichen, muss eine Gratwanderung erfolgreich gemeistert werden, da viele Patientinnen und Patienten erstmals im Zuge ihrer Behandlung mit ihren Essgewohnheiten konfrontiert werden: Einerseits soll ihnen ausschließlich gesundes Essen angeboten werden, andererseits entspricht dieses oftmals nicht traditionellen Essensgewohnheiten und muss erst einmal schmackhaft gemacht werden.

Dieser Herausforderung begegnen die Kliniken der RehaZentren Baden-Württemberg erfolgreich durch ein differenziertes und vielfältiges Ernährungskonzept, denn „Genuss lebt von der Vielfalt“. Hierbei legen die Ärzte gemeinsam mit dem Patienten fest, welche Kostform anhand der Indikation und der Motivation des Patienten sinnvoll ist. Um eine möglichst hohe Zufriedenheit und einen möglichst nachhaltigen Erfolg zu erreichen, werden sowohl die gesundheitlichen Aspekte als auch die individuellen Vorlieben des Patienten bei der Auswahl berücksichtigt.

Den Patienten angeboten werden hierbei insbesondere Vollkost, vegetarische Kost und mediterrane Kost. Um das Angebot bedarfsgerecht zu erweitern, bieten die RehaZentren Baden-Württemberg ab dem 01. April 2016 in ihren Kliniken eine weitere Kostform an: Die kohlenhydratreduzierte Ernährung, häufig auch als LOGI[®]-Methode bekannt. Dr. med. Robert Nechwatal, Chefarzt der Rehaklinik Heidelberg-Königstuhl und Sprecher der Chefärzte der RehaZentren Baden-Württemberg, ist von den medizinischen Vorteilen dieser Kostform überzeugt: „Insbesondere in der Therapie der Diabetes Typ 2 und bei der Gewichtsabnahme sind mit einer kohlenhydratreduzierten Ernährung große Erfolge möglich“. Bei der LOGI[®]-Methode werden die kohlenhydratreichen Nahrungsmittel zum größten Teil durch Gemüse und Salat (mindestens drei Portionen) und Obst (zwei Portionen) ersetzt. Der Eiweiß- und Fettanteil führt zu einer langfristigen Sättigung, sodass viele Patientinnen und Patienten von einem Ausbleiben von Heißhungerattacken zwischen den Mahlzeiten berichten. Durch den hohen Gemüseanteil stellt sich meist von alleine eine Kalorienreduktion ein.

Der klinikübergreifenden Einführung ging eine intensive Vorbereitungsphase unter Leitung von Dr. med. Sylvia Zipse, Chefärztin der Rehaklinik Ob der Tauber in Bad Mergentheim, voraus: „Bei der Einführung einer neuen Kostform geht es nicht nur um die Erweiterung der Speisekarte. Die Ernährung ist zentraler Bestandteil des Therapiekonzepts. Dies bedeutet, dass wir nicht nur unsere Köche sondern auch unsere Diabetesberaterinnen, Diabetesassistentinnen und Diätassistentinnen sowie das Servicepersonal intensiv geschult haben“.

In Bezug auf die Ernährung nach der LOGI[®]-Methode können die RehaZentren Baden-Württemberg auf die langjährige und äußerst positive Erfahrung ihrer Verbundklinik Überruh in Isny/Allgäu zurückgreifen: „Die kohlenhydratreduzierte Ernährung steht bei uns bereits seit langem auf dem Speiseplan und wird von den Patienten nicht nur sehr gut angenommen, auch die Erfolge lassen sich sehen: Betrachtet man den Typ 2-Diabetes, so ist die kohlenhydratreduzierte Ernährung neben der Bewegungstherapie eine effektive Methode um den Blutzuckerspiegel auf einem niedrigen Niveau zu halten und damit Diabetesmedikamente auf Dauer zu reduzieren oder ganz abzusetzen“, erläutert Chefarzt Dr. med. Thomas Bösch.

RehaZentren Baden-Württemberg

Unter dem Dach der RehaZentren Baden-Württemberg gGmbH sind neun Einrichtungen der medizinischen Rehabilitation mit individuellen Profilen zusammengeführt. Acht Standorte liegen in Baden-Württemberg, ein weiterer in Bayern. Die Geschäftsleitung hat ihren Sitz in Stuttgart.

Die Kliniken erbringen ein breites Spektrum an rehabilitativen und präventiven Dienstleistungen. Sie ergänzen sich gegenseitig, sodass wertvolle Synergieeffekte entstehen. Vernetzte Strukturen und die fachliche Zusammenarbeit sichern eine optimale Betreuung der Patientinnen und Patienten.

Kontakt:

Jörg Skupin, Referent Public Relations
RehaZentren der Deutschen Rentenversicherung Baden-Württemberg gGmbH
Wilhelmsplatz 11, 70182 Stuttgart
E-Mail: j.skupin@rehazentren-bw.de; Tel.: 0711 6994 639 20