

**PRESSEINFORMATION**

**Beratungsunterlagen für die diätologische Praxis**

Anschauliche Unterlagen für gesunde Ernährung

**Dozent\*innen und Student\*innen der Fachhochschule St. Pölten entwickelten gemeinsam mit Diätolog\*innen aus Gesundheitszentren (Primärversorgungszentren) Unterlagen für die diätologische Beratung. Ein bunter Mahlzeitenteller soll Menschen im Alltag unterstützen, sich gesund zu ernähren. Tischaufsteller leiten als roter Faden durchs Thema.**

**St. Pölten, 10.03.2021** – Mit dem Einrichten von Primärversorgungszentren in Niederösterreich hat das Gesundheitssystem ein neues Betätigungsfeld für Diätolog\*innen geschaffen. Denn in diesen Zentren stehen Patient\*innen neben Allgemeinmediziner\*innen auch Expert\*innen weiterer Gesundheitsberufe mit ihrem Wissen zur Verfügung.

„Ein Schwerpunkt der diätologischen Arbeit in den Einrichtungen liegt in der ambulanten Betreuung – Beratung, Schulung, Begleitung – von Patient\*innen mit ernährungstherapeutisch relevanten Krankheitsbildern. Um diese Aufgaben effizient und patient\*innengerecht durchführen zu können, benötigen Diätolog\*innen evidenzbasierte, didaktisch aufbereitete und grafisch ansprechende Beratungsunterlagen“, erklärt Gabriele Karner, Leiterin des Studiengangs Diätologie an der FH St. Pölten.

Da der Großteil der diätologischen Arbeitszeit für die direkte Patient\*innenbetreuung gebraucht wird, bleiben den Diätolog\*innen kaum Ressourcen, selbst solche Unterlagen zu entwickeln. Daher haben Studentinnen und Lehrende der FH St. Pölten, gefördert vom niederösterreichischen Gesundheits- und Sozialfonds (NÖGUS) in Kooperation mit den Primärversorgungszentren St. Pölten Harland und Böheimkirchen, anschauliche Unterlagen entwickelt, die in Zukunft allen Diätolog\*innen im deutschsprachigen Raum zur Verfügung gestellt werden.

„Durch die enge Zusammenarbeit zwischen verschiedenen Gesundheitsberufen und Ärzt\*innen bieten Gesundheitszentren und -netzwerke den Patient\*innen eine umfassende Versorgung. Wie wichtig dabei der Beitrag der Diätolog\*innen ist, zeigt sich bereits in den vier Primärversorgungseinrichtungen in Niederösterreich“, betont NÖGUS-Vorsitzender Martin Eichtinger.

**Ausgewogener Mahlzeitenteller**

Entstanden ist dabei der „ausgewogene Mahlzeitenteller“ als leicht verständliche und grafisch ansprechende Beratungsunterlage. Patient\*innen können ihn als Erinnerungshilfe mit nach Hause nehmen und gut sichtbar z. B. in der Küche aufhängen. Die Unterlage ist nicht als selbsterklärende Broschüre konzipiert, sondern wird durch eine\*n Diätolog\*in im Rahmen einer Beratung auf die individuelle Situation angepasst und somit für Patient\*innen gut nutzbar.

„Gesunde ausgewogene Ernährung spielt eine entscheidende Rolle bei der Prävention einer Vielzahl nicht­übertragbarer Krankheiten. Vermehrt kommen Patient\*innen mit vielen Fragen in die Praxis. Meist wissen die Personen wenig über die notwendige Ernährungstherapie zu ihrer Erkrankung“, erklärt FH-Dozent Johann Grassl, der die Beratungsunterlage mitentwickelt hat.

Oft ist aber auch das Gegenteil der Fall: Patient\*innen sind durch Informationen aus dem Internet, durch Artikel in Zeitschriften, Fernseh­ und Radiosendungen oder durch „gute Ratschläge“ mit Informationen übersättigt. Es fällt ihnen schwer, diese Flut an Informationen richtig zu ordnen und an die eigenen Bedürfnisse anzupassen. Um bereits Bekanntes und Neues richtig einzuschätzen, kann eine gut strukturierte Beratung mit dazu passendem Material sehr hilfreich sein.

**Verständliche Aufbereitung**

Der ausgewogene Mahlzeitenteller zeigt Portionsgrößen sowohl in Haushaltsmaßen (z. B.

Handteller oder Esslöffel) als auch in Gramm. Verschiedene Mahlzeitenkomponenten wie etwa Kohlenhydrate als Sättigungsbeilage, Eiweißquellen oder Obst und Gemüse sind farblich hinterlegt, um sie besser einordnen zu können.

„Neuere Darstellungen nationaler Verzehrsempfehlungen aus anderen Ländern verzichten bewusst darauf, genaue Angaben zu empfohlenen Verzehrmengen in Gramm anzugeben. Vielmehr werden einfach verständliche Botschaften vermittelt: z. B. mehr Gemüse und weniger verarbeitetes Fleisch zu essen“, sagt FH-Dozentin Ursula Hemetek. Eine gesunde Ernährung sollt etwa nicht mehr als drei Fleischportionen pro Woche beinhalten.

**Spezifische Unterlagen für spezielle Krankheiten**

Im Rahmen des Projekts haben die Diätologie-Studentinnen Marion Hauser und Patricia

Teubel Präsentationsaufsteller für die richtige Ernährung für verschiedene Krankheitsbilder mitentwickelt. Die Unterlagen sollen Patient\*innen etwa mit Fructosemalabsorption, Histaminintoleranz, Lactoseintoleranz oder Weizensensitivität helfen, die für sie passende Ernährung zu wählen.

Die Unterlagen wurden in enger Zusammenarbeit mit den Diätologinnen Tanja Schmoll vom Primärversorgungszentrum St. Pölten Harland und Regina Gattinger vom PVZ Böheimkirchen entwickelt

Der niederösterreichische Gesundheits- und Sozialfonds (NÖGUS) hat das Projekt gefördert.

**Bezug der Beratungsunterlagen**

Die Druckfahnen der Unterlagen werden kostenlos an Diätolog\*innen weitergegeben.

**Internationaler Tag der Diätolog\*innen**

Am 10. März ist übrigens der internationale Tag der Diätolog\*innen. Mehr dazu in einer Aussendung des Verbands der Diätologen Österreichs:

<https://www.ots.at/pressemappe/16510/verband-der-diaetologen-oesterreichs>

**Fotos:**

Unterlagen zum gesunden Mahlzeitenteller, Credit: FH St. Pölten

**Über die Fachhochschule St. Pölten**

Die Fachhochschule St. Pölten ist Anbieterin praxisbezogener und leistungsorientierter Hochschulausbildung zu den Themen Medien, Wirtschaft, Digitale Technologien, Informatik, Security, Bahntechnologie, Gesundheit und Soziales. 26 Studiengänge und zahlreiche Weiterbildungslehrgänge bieten ca. 3.500 Studierenden eine zukunftsweisende Ausbildung. Neben der Lehre widmet sich die FH St. Pölten intensiv der Forschung. Die wissenschaftliche Arbeit erfolgt zu den oben genannten Themen sowie institutsübergreifend und interdisziplinär. Die Studiengänge stehen in stetigem Austausch mit den Instituten, die laufend praxisnahe und anwendungsorientierte Forschungsprojekte entwickeln und umsetzen.

**Informationen und Rückfragen:**

Mag. Mark Hammer

Fachverantwortlicher Presse

Marketing und Unternehmenskommunikation

T: +43/2742/313 228 269

M: +43/676/847 228 269

E: [mark.hammer@fhstp.ac.at](mailto:mark.hammer@fhstp.ac.at)

I: <https://www.fhstp.ac.at/de/presse>

Pressetext und Fotos zum Download verfügbar unter <https://www.fhstp.ac.at/de/presse>

Allgemeine Pressefotos zum Download verfügbar unter <https://www.fhstp.ac.at/de/presse/pressefotos-logos>

Die FH St. Pölten hält ausdrücklich fest, dass sie Inhaberin aller Nutzungsrechte der mitgesendeten Fotografien ist. Der Empfänger/die Empfängerin dieser Nachricht darf die mitgesendeten Fotografien nur im Zusammenhang mit der Presseaussendung unter Nennung der FH St. Pölten und des Urhebers/der Urheberin nutzen. Jede weitere Nutzung der mitgesendeten Fotografien ist nur nach ausdrücklicher schriftlicher Zustimmung (Mail reicht aus) durch die FH St. Pölten erlaubt.

Natürlich finden Sie uns auch auf Facebook und Twitter:

<https://www.facebook.com/fhstp> und [https://twitter.com/FH**\_**StPoelten](https://twitter.com/FH_StPoelten)

Sollten Sie in Zukunft keine weiteren Zusendungen der Fachhochschule St. Pölten wünschen, senden Sie bitte ein Mail mit dem Betreff „Keine Presseaussendungen" an [presse@fhstp.ac.at](mailto:presse@fhstp.ac.at) .