



**Südtiroler  
Sanitätsbetrieb**



**Azienda Sanitaria  
dell'Alto Adige**

**Azienda Sanitera de Sudtirool**

GESUNDHEITSBEZIRK  
BOZEN

COMPRESORIO SANITARIO  
DI BOLZANO

**DIENST FÜR DIÄTETIK UND  
KLINISCHE ERNÄHRUNG**



**LEBENSSTIL**

**DIÄT**

**διαίτα**

**“Eure Nahrungsmittel sollen eure Heilmittel  
sein und eure Heilmittel sollen  
eure Nahrungsmittel sein”**

**HIPPOKRATES**

**TEXTE**

Dienst für Diätetik und Klinische Ernährung des Gesundheitsbezirkes Bozen

**COPYRIGHT**

Alle Rechte sind vorbehalten. Kein Teil darf in Fotokopie oder in anderer Form ohne Genehmigung der Autoren reproduziert werde.

**VERSION**

XI MÄRZ 2023

**DRUCK**

Interne Druckerei G.B. BZ

Mod. 03.024.008 - 6/2023 - C.S./pc/r - cod. 3001758



Sehr geehrte Frau,  
sehr geehrter Herr

## **WILLKOMMEN**

beim Dienst für Diätetik und  
Klinischer Ernährung.

Mit dieser Broschüre erhalten Sie alle notwendigen Informationen, **WER WIR SIND und WIE WIR ARBEITEN**; damit setzen wir uns zum Ziel, unsere Qualitätsstandards und unsere Transparenz zu verbessern.

### **DAS TEAM DES DIENSTES FÜR DIÄTETIK UND KLINISCHE ERNÄHRUNG**

Geschäftsführender Primar: Dr. Michael Kob

- 3 Fachärzte für Ernährungsmedizin (inkl. Primararzt);
- 1 Facharzt für Innere Medizin;
- 22 **Ernährungstherapeuten** mit abgeschlossenem Bachelorstudium in Ernährungstherapie; davon 1 Koordinator, 10 Ernährungstherapeuten arbeiten im Krankenhaus und 11 sind im Sprengel tätig;
- 2 Verwaltungsmitarbeiter.

#### **DAS TEAM arbeitet:**

- **im Krankenhaus:** Behandlung von klinisch- ernährungsmedizinisch komplexen Fällen während stationärer Aufenthalte, im Day-Hospital und im Ambulatorium;
- **in den Gesundheitssprengeln:** Behandlung von klinisch weniger komplexen Fällen, Betreuung von Patienten in Strukturen (Altenheime, Pflegeheime, geschützte Werkstätten, usw.) und Tätigkeit im Bereich der Gemeinschaftsverpflegung und der Gesundheitsprävention.

**VORMERKUNG FÜR EINE DIÄTOLOGISCHE  
ERSTVISITE UND DIÄTBERATUNG**

**FÜR DIE VORMERKUNG SIND FOLGENDE DOKUMENTE** notwendig:

- Bewilligung des Hausarztes anfragen:  
89.7\_4 Erste Diätologische Visite  
93.01.5 Diätberatung - Diättherapie
- Fragebogen (siehe Seite 6) ausfüllen
- Befunde der Blutproben (Liste im Fragebogen siehe Seite 6)
- Eventuelle andere Untersuchungen
- Ernährungstagebuch für 3 Tage (siehe Seite 8)

**ÜBERMITTLUNG DER DOKUMENTATION**

- **Abgabe am Schalter des Sekretariats des Dienstes im Krankenhaus Bozen, L.-Böhler-Str. 5, 1. Stock, hellblauer Bereich**
- Abgabe in den Gesundheitssprengeln (siehe Adressen der Sprengel auf Seite 3)

**KONTAKTAUFNAHME MIT DEM DIENST FÜR DIÄTETIK UND  
KLINISCHE ERNÄHRUNG**

**telefonisch über das Sekretariat: 0471 438545**

**ÖFFNUNGSZEITEN:**

**Montag bis Donnerstag: 8.30 - 12.30 und 14.00 - 16.00**

**Freitag: 8.30 - 12.30**

**für Informationen und Mitteilungen: Montag - Freitag 9.00 - 12.15**

**für Vormerkungen: Donnerstag - Freitag 9.00 - 12.15**

Die **Sprengelsitze** sind über folgende Telefonnummern erreichbar:

SPRENGEL	SITZ	TELEFON- NUMMER	ADRESSE
Gröden	St. Ulrich	0471 797785	Purgerstr. 14
Eggental-Schlern	Kardaun	0471 435906	Steineggweg 3
Salten/Ritten/Schlern	Sarnthein	0471 624612	Postwiese 1
Überetsch	Eppan	0471 670807	J.G. Platzerstr. 29/A
Leifers/Branzoll/Pfatten	Leifers	0471 595429	Falcone Borsellino Platz 1
Unterland	Neumarkt	0471 829239	Bonatti Platz 1
Bozen	S. Quirino - Gries	0471 909136	L. Cadonna Platz 12
	Don Bosco	0471 541019	Don Bosco Platz 11
	Zentrum/Bozner Boden/Rentsch	0471 319515	Rittnerstr. 37
	Europa/Neustift	0471 541132	Palermostr. 54
	Oberau	0471 436301	Claudia Augusta Str. 99/A

### MÖGLICHKEITEN ZUR BEANTRAGUNG DER DIENSTLEISTUNG

Um der ständig steigenden Anfrage gerecht zu werden, wird die Dokumentation für eine diätologische Visite u/o Ernährungsberatung im Dienst für Diätetik und Klinische Ernährung eingereicht.

**Von großem Nutzen erweist sich eine Ernährungstherapie, sowohl in therapeutischer als auch in präventiver Hinsicht, bei folgenden chronischen Erkrankungen:** Übergewicht, Untergewicht (Malnutrition/Mangelernährung bei onkologischen Patienten, chronisch entzündlichen Darmerkrankungen), Stoffwechselstörungen (Metabolisches Syndrom, Diabetes mellitus, Gicht, Dyslipidämie), Nahrungsmittelintoleranzen und Allergien, Organerkrankungen (Nieren-, Herz- und Lungenerkrankungen, einige neurologische oder dermatologische Erkrankungen, usw.).

**Wir laden sie daher ein, sich beim Ausfüllen des Fragebogens Zeit zu nehmen** und alle **BESTEHENDEN KRANKHEITEN** und vor allem Ihre **ME-DIKAMENTÖSE THERAPIE genau** anzugeben. Falls Ihre Daten nicht verständlich oder nicht vollständig sind, werden sie von einem Mitarbeiter telefonisch kontaktiert.

**Nicht immer erhalten Sie einen persönlichen Ernährungsplan.** Für manche kann es sinnvoller sein, sich mit Hilfe eines Selbstmonitorings (**AUSFÜLLEN EINES ERNÄHRUNGSTAGEBUCHES**) über das eigene Verhalten und die Gedanken bezüglich dem Essen bewußt zu werden.

## ANGEBOTENE DIENSTLEISTUNGEN

- I. **Ambulante Facharztvisite** und ernährungsmedizinische Konsiliarvisite in Krankenhausabteilungen;
- II. **Indirekte Kalorimetrie** zur Bestimmung des Energieverbrauches im Ruhezustand und bei Belastung;
- III. **Bioimpedanzanalyse (BIA)** zur Bestimmung des Wasseranteils dessen Verteilung im Körper und zur Bestimmung der Körperzusammensetzung;
- IV. **Ernährungsbeurteilung und -therapie** (Ernährungsanamnese, Erhebung der körperlichen Aktivität und des Essverhaltens);
- V. **Ausarbeitung von Ernährungsprogrammen für Athleten** (im Krankenhaus nur für Leistungssportler);
- VI. **Einstellung und Überwachung der Patienten mit künstlicher Ernährung** (enterale und parenterale Ernährung);
- VII. **Ausarbeitung von individuell angepassten Ernährungsplänen;**
- VIII. **Definition, Überwachung und Kontrolle der Ernährungsstandards in der Gemeinschaftsverpflegung** (Krankenhaus, Schule, Betriebe, usw.);
- IX. **Forschung auf dem Gebiet der klinischen Ernährung und Epidemiologie;**
- X. **Day Hospital** (Aufnahme in Tagesklinik);
- XI. **Beratung auf Anfrage von Körperschaften, Einrichtungen, Betrieben, öffentlichen und privaten Vereinigungen:** bezüglich Ernährungsaspekten beim Ankauf von Lebensmitteln, Ausarbeitung von Speiseplänen; Überwachung und /oder Kontrolle des Nahrungszubereitungszykluses; Fortbildungen im Bereich Ernährung für Personal; Informationsveranstaltungen im Bereich Ernährung; Erhebung der Ernährungsbedürfnisse in der Gemeinschaftsverpflegung; Präventionskampagnen.

Die Ärzte des Dienstes sind befugt, folgende Ticketbefreiungen auszustellen:

Anorexie und Bulimie **005**;

Fettstoffwechselstörungen **025**.

## SCHUTZ DER PERSÖNLICHEN DATEN

Als Berechtigter und Verantwortlicher für die Verarbeitung personenbezogener Daten der Patienten garantiert der Dienst für Diätetik und Klinische Ernährung, gemäss den Bestimmungen des Gesetzes 101 vom 10. August 2018, sich an das Berufs- und Amtsgeheimnis zu halten.

## Berechnung des Bodymaxindex (BMI)

$$\text{BMI} = \frac{\text{Körpergewicht (kg)}}{\text{Höhe}^2 \text{ (m)}}$$

Beispiel: Gewicht 90 kg, Höhe 1,60 m

$$\frac{90}{1,60 \times 1,60 = 2,56} = 35,1 \text{ BMI}$$

### Gewichtsklassifikation anhand des BMI:

- <18,5: Untergewicht
- 18,5-24,9: Normalgewicht
- 25-29,9: Übergewicht
- 30-34,9: Adipositas Grad I
- 35-39,9: Adipositas Grad II
- ≥40: Adipositas Grad III

**ABGABE DES FRAGEBOGENS AN DEN DIENST FÜR DIÄTETIK UND  
KLINISCHE ERNÄHRUNG**

**Sehr geehrte Frau, sehr geehrter Herr,**

Wir bitten Sie, sich einige Minuten Zeit zum Ausfüllen des Fragebogens zu nehmen.

NAME und NACHNAME.....  
Geburtsdatum Geburtsort.....  
Geschlecht:  M  F Nationalität .....

Beruf ..... Tel. ....

Anschrift.....  
E-mail .....

Zu welcher Uhrzeit sind Sie telefonisch erreichbar? .....

**Sollten Sie **älter als 40 Jahre** (männlich) **oder älter als 50 Jahre** (weiblich) sein, oder sollten Sie an **mindestens einer der folgenden Erkrankungen leiden:****

Übergewicht, Fettleibigkeit, Diabetes mellitus, Bluthochdruck, Hypercholesterinämie oder chronischer Tabakkonsum, dann ist es notwendig, dass Sie bei der Vormerkung **die Befunde folgender Blutuntersuchungen** (nicht älter als 12 Monate) abgeben. (**Blutbild, Gesamtcholesterin, HDL-Cholesterin, LDL-Cholesterin, Triglyzeride, Harnsäure, Blutzucker, Harnstoff, Kreatinin, ALT, AST,  $\gamma$ GT, TSH, Insulin**).

**Sollten Sie im Besitz von ärztlichen Bescheinigungen, Befunden von speziellen Untersuchungen sein** (Röntgenuntersuchungen usw.), Entlassungsbriefen von Krankenhausaufenthalten sind, bitten wir Sie diese beizulegen.

**Geben sie eventuelle Vorerkrankungen an**

.....  
.....  
.....  
.....  
.....



Listen Sie alle Medikamente oder Nahrungsergänzungsmittel auf, die Sie regelmäßig einnehmen (Namen und Dosierung) und nehmen Sie zum Ersttermin eine aktuelle Liste mit

.....  
.....  
.....  
.....  
.....

**Aus welchem Grund suchen Sie eine Visite/Diätberatung an:**

.....  
.....  
.....

**Wie sehr achten Sie wirklich auf Ihre Gesundheit?**

Geben Sie eine Bewertung von 1 (wenig) bis 10 (sehr) an .....

**Gibt es bei Ihnen zur Zeit Momente von:**

Geben Sie eine Bewertung von 1 (wenig) - 10 (sehr) ab

- Veränderungen .....
- Stress .....
- Anspannung .....

**Waren Sie in den letzten 2 Jahren öfters traurig oder demoralisiert?**

JA  NEIN

**AKTUELLES GEWICHT** in kg..... **HÖHE** in cm.....

ÜBLICHES GEWICHT .....

Haben Sie in den letzten 6 Monaten unbeabsichtigt Gewicht verloren?

NEIN  JA  Wie viele kg ungefähr? .....kg

Datum.....

Unterschrift.....

**Falls Sie die Visite/Diätberatung für eine Gewichtsabnahme aufsuchen, bitten wir Sie, auch folgende Fragen zu beantworten:**

1. Passiert es oft, dass Sie große Mengen essen, ohne körperlich hungrig zu sein und bis Sie sich unangenehm satt fühlen?  
 nein  ja → **wenn ja:** Wie häufig in der Woche passiert das? \_\_\_\_\_
2. Haben Sie Essanfälle, bei denen Sie das Gefühl haben, mit dem Essen gar nicht mehr aufhören zu können?  
 nein  ja → **wenn ja:** Wie häufig in der Woche passiert das? \_\_\_\_\_
3. Haben Sie sich zum Erbrechen gebracht, Abführmittel eingenommen und/oder mehr als 24 Stunden gefastet, um Ihr Gewicht zu kontrollieren oder um zu versuchen, eine Episode von übermäßigem Essen auszugleichen?  
 nein  ja → **wenn ja:** Wie häufig in der Woche passiert das? \_\_\_\_\_
4. Fühlen Sie sich unfähig, den Beginn eines Essanfalles zu verhindern?  
 nein  ja
5. Essen Sie oft alleine, weil es Ihnen peinlich ist, wie viel Sie essen?  
 nein  ja

**Bitte füllen Sie das Ernährungstagebuch laut den folgenden Anleitungen aus.**

<b>Datum:</b>	<b>Nahrungsmittel</b> (in Rohgewicht gemessen oder in Haushaltsmaßen angeben)
<b>Frühstück</b>	
<b>Jause am Vormittag</b>	
<b>Mittagessen</b>	
<b>Jause am Nachmittag</b>	
<b>Abendessen</b>	
<b>Spätmahlzeit</b>	

**Verwenden Sie zum Ausfüllen folgende Maßeinheiten:**

- 1 mittlere Tasse: 150 ml
- 1 große Tasse: 250 ml
- 1 Weinglas: 130 ml
- 1 Milch- oder Saftglas: 200 ml
- 1 Esslöffel (EL): Öl (15 g), Nutella (15 g), Butter (20 g), Mehl (10 g), Parmesankäse (15 g), Reis (25 g), Grieß (25 g), Suppennudeln (25 g).
- 1 Teelöffel (TL): Öl (5 g), Parmesankäse (5 g), Zucker (5 g), Honig (10 g).
- 1 Kaffeelöffel (KL): Salz (3 g)
- 1 Becher: Joghurt (125 g)
- 1 Grissino: 3-5 g
- 1 Keks: 5 g
- 1 Stück Torte: 100-150 g
- 1 Scheibe Zwieback: 7-10 g
- 1 Packung Krackers: 25 g
- 1 Semmel: 50-60 g
- 1 dünne Scheibe Schinken: 10-20 g
- 1 Scheibe Toast-Käse: 20 g
- 1 mittlere Frucht/Obst: 150-200 g
- 1 mittlere Kartoffel: 100 g
- 1 tiefer Teller (Suppenteller):

	kleine Portion (Boden bedeckt)		mittlere Portion (unter dem Rand)		große Portion (randvoll)	
	roh	gekocht	roh	gekocht	roh	gekocht
<b>Spaghetti</b>	60 g	160 g	80 g	230 g	120 g	320 g
<b>Nudeln in Kleinformat</b>	60 g	140 g	80 g	190 g	120 g	280 g
<b>Reis</b>	60 g	200 g	80 g	260 g	120 g	400 g
<b>Kartoffelnocken</b>	100 g	120 g	180 g	220 g	260 g	310 g
<b>Tortellini</b>	60 g	120 g	110 g	220 g	160 g	320 g

**Bitte füllen Sie das Ernährungstagebuch laut den folgenden Anleitungen aus.**

<b>Datum:</b>	
	<b>Nahrungsmittel</b> (in Rohgewicht gemessen oder in Haushaltsmaßen angeben)
<b>Frühstück</b>	
<b>Jause am Vormittag</b>	
<b>Mittagessen</b>	
<b>Jause am Nachmittag</b>	
<b>Abendessen</b>	
<b>Spätmahlzeit</b>	

**Verwenden Sie zum Ausfüllen folgende Maßeinheiten:**

- 1 mittlere Tasse: 150 ml
- 1 große Tasse: 250 ml
- 1 Weinglas: 130 ml
- 1 Milch- oder Saftglas: 200 ml
- 1 Esslöffel (EL): Öl (15 g), Nutella (15 g), Butter (20 g), Mehl (10 g), Parmesankäse (15 g), Reis (25 g), Grieß (25 g), Suppennudeln (25 g).
- 1 Teelöffel (TL): Öl (5 g), Parmesankäse (5 g), Zucker (5 g), Honig (10 g).
- 1 Kaffeelöffel (KL): Salz (3 g)
- 1 Becher: Joghurt (125 g)
- 1 Grissino: 3-5 g
- 1 Keks: 5 g
- 1 Stück Torte: 100-150 g
- 1 Scheibe Zwieback: 7-10 g
- 1 Packung Krackers: 25 g
- 1 Semmel: 50-60 g
- 1 dünne Scheibe Schinken: 10-20 g
- 1 Scheibe Toast-Käse: 20 g
- 1 mittlere Frucht/Obst: 150-200 g
- 1 mittlere Kartoffel: 100 g
- 1 tiefer Teller (Suppenteller):

	<b>kleine Portion</b> (Boden bedeckt)		<b>mittlere Portion</b> (unter dem Rand)		<b>große Portion</b> (randvoll)	
	<b>roh</b>	<b>gekocht</b>	<b>roh</b>	<b>gekocht</b>	<b>roh</b>	<b>gekocht</b>
<b>Spaghetti</b>	60 g	160 g	80 g	230 g	120 g	320 g
<b>Nudeln in Kleinformat</b>	60 g	140 g	80 g	190 g	120 g	280 g
<b>Reis</b>	60 g	200 g	80 g	260 g	120 g	400 g
<b>Kartoffelnocken</b>	100 g	120 g	180 g	220 g	260 g	310 g
<b>Tortellini</b>	60 g	120 g	110 g	220 g	160 g	320 g