

Aktuelle Praxismodelle in der Ernährungsmedizin

Rundtischgespräch unter der Moderation von Herrn Prof. Wechsler, München

Body-Med-Programm (BME)

Dr. Walle, Kirkel

61 Prozent der deutschen Bevölkerung sind übergewichtig (BMI > 25), 20 Prozent haben ein behandlungsbedürftiges Übergewicht (BMI > 30) (1). Jedes vierte Kind leidet bei der Einschulung unter behandlungsbedürftigem Übergewicht. Nach neuesten Schätzungen belasten die Kosten ernährungsbedingter Krankheiten und deren Folgen unser Gesundheitssystem jährlich mit über 100 Milliarden DM(2).

Demgegenüber steht, dass nicht einmal 30 Prozent der niedergelassenen Kollegen Ernährungsberatung in der Praxis anbieten.

In Zeiten der Budgetierung kann die beratungs- und zeitintensive Ernährungsmedizin in der Praxis nicht mehr erbracht werden. Mit der Begründung, dass "Gesunde nicht zum Arzt gehen", so Professor Dr. Volker Pudiel auf der 14. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin, "ist der Einzug der Primärprävention in die Arztpraxis nur dann möglich, wenn sich die Praxis zum Gesundheitszentrum wandelt"(3,4).

Der niedergelassene Arzt benötigt ein strukturiertes Ernährungskonzept mit welchem er - losgelöst von der Arztpraxis - für den Patienten sinnvoll und den Arzt wirtschaftlich erfolgreich, Ernährungsberatung durchführen kann.

Aufgrund standes- und steuerrechtlicher Regelungen sind Konzepte, in welche ein Produktverkauf integriert ist, nur strikt getrennt vom Praxisablauf umzusetzen.

Das BODYMED-Ernährungskonzept

Das 1994 von niedergelassenen Ärzten entwickelte BODYMED-Ernährungskonzept (BME) vereinigt die Vorteile einer modifizierten Formuladiät (eiweißsubstituiertes Fasten) mit den jahrelangen Erfahrungen aus der konventionellen Ernährungsberatung. Die Vorteile des proteinsubstituierten modifizierten Fastens (PSMF) (schnelle Gewichtsreduktion, vorwiegend Gewichtsreduktion über Fettverbrennung, auch erfolgreich bei extrem Übergewichtigen) wurden kombiniert mit Bewegungsprogrammen, Einzelberatungen und Gruppenvorträgen über gesunderhaltende und vollwertige Ernährung. Der Erfolg des Konzeptes wird durch wöchentliche Körperfettmessungen (Bio-Impedanz Analyse (BIA) oder Infrarotspektroskopie) kontrolliert. Unterstützt wird die Gewichtsreduktion durch gezielt angebotene Bewegungsprogramme (Walking-Gruppe,

Lauftreff, Aquatraining etc.).

Ziel ist die eigenverantwortliche Steuerung des Essverhaltens. Dieses Ziel wird erreicht durch Gruppenvorträge, in denen die Teilnehmer informiert werden über die Bedeutung der Vitamine, Mineralien und Spurenelemente, die Zusammenhänge zwischen Ernährung und Bewegung, Grundlagen gesunder Ernährung, Bedeutung der komplexen Kohlenhydrate, natürliche, vollwertige Kost sowie die Psychologie des Essverhaltens. Vertieft wird das in den Vorträgen erworbene Wissen durch Einzelberatungen, in denen auf die individuellen Probleme der Teilnehmer eingegangen wird.

Das Kursprogramm umfasst eine mindestens 3-monatige Dauer, während der sich die Teilnehmer wöchentlich treffen. Wenn das zu Beginn mit dem Kursteilnehmer festgelegte Zielgewicht erreicht ist, schließt sich an das Programm zunächst eine Stabilisierungsphase an, die den Übergang von der modifizierten Formulardiät zur vollwertigen Mischkost darstellt.

In der anschließenden Erhaltungsphase verzichtet der Teilnehmer komplett auf die Nahrungsersatzstoffe und hält sein erreichtes Wohlfühlgewicht durch Anwendung der in den Kursen erlernten Strategien. Auch in dieser Phase wird der Teilnehmer durch den beratenden Arzt unterstützt.

Es hat sich gezeigt, dass ein Teil der Teilnehmer einer längerfristigen Betreuung bedarf. Aus dieser Erkenntnis heraus wurde seit Anfang 2000 im sogenannten BODYMED-Club eine Langzeitbetreuung installiert. Hierbei treffen sich die Teilnehmer im Abstand von vier Wochen. Es wird jeweils eine Individualberatung durchgeführt, welche sich auf die Ergebnisse der Körperfettmessung stützt. Zusätzlich werden Vorträge gehalten, welche sich mit den Themen langfristige Ernährung, Stabilisierung des Gewichtes, Bewegung und gesundes Ausdauertraining etc. beschäftigen. Durch diese langfristige Betreuung soll der Langzeiterfolg der Teilnehmer verbessert und eine statistische Erfassung der Langzeitergebnisse des Konzeptes ermöglicht werden.

Aufgrund des großen Erfolges dieses Programms arbeiten inzwischen ca. 200 Beratungsstellen bzw. Gesundheitsinstitute nach dem geschilderten praxisparallelen Ernährungskonzept (BME). Die von BODYMED vertrieben Produkte werden ausschließlich über praxisparallele Gesundheitszentren verkauft, damit das im BME-Konzept geforderte Beratungsniveau gewährleistet bleibt. Die Produkte unterliegen einer freiwilligen Qualitätskontrolle durch einen vereidigten Lebensmittelsachverständigen. Das BODYMED-Konzept ist seit September 2000 nach DIN EN ISO 9001 zertifiziert.

Fazit

Das BODYMED-Ernährungskonzept wurde von Ärzten für Ärzte entwickelt und hat sich in Deutschland bereits vielfach bewährt. Das Konzept ist auf die Belange des niedergelassenen Arztes abgestimmt, das heißt die begrenzten zeitlichen Ressourcen der niedergelassenen Kollegen wurden berücksichtigt und ein Konzept entwickelt, welches mit begrenztem ärztlichem Zeiteinsatz eine optimale Betreuung und Information der Teilnehmer gewährleistet.

Weitere, auf den Arzt und seine Praxis maßgeschneiderte Angebote (Stressbewältigung, Fitnessprogramme, Walking, Aquatraining, Leistungsdiagnostik etc.) runden das Konzept ab. Die BODYMED Akademie offeriert dem Arzt und seinem Team ein umfassendes Schulungsangebot.

Durch die Mitarbeit in einem praxisparallelen Gesundheitszentrum eröffnen sich dem Arzt neue Zukunftsperspektiven, den wachsenden Markt ganzheitlicher Gesundheit aktiv mitzugestalten und sich gleichzeitig ein zweites wirtschaftliches Standbein zu schaffen.

Anschrift des Verfassers:

Dr. med. Hardy Walle
Facharzt für Innere Medizin
Arzt für Ernährungsmedizin (DAEM/DGEM)
Saarbrücker Str. 25 b, 66399 Ommersheim

Detaillierte Informationen zum BodyMed-Ernährungskonzept:

BodyMed AG
Am Tannenwald 6
66459 Kirkel/Saar
Tel.: 06849/600255, Fax.: 06849/600256
Internet: www.bodymed.de, e-mail: Zentrale@bodymed.de

Quellennachweis

- (1) Ärzte Zeitung Nr. 147, 23. August 2000
- (2) Bundesforschungsanstalt für Ernährung, SZ, Juni 1998
- (3) 14. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin
- (4) Ärzte Zeitung Nr. 48, 15. März 1995
- (5) MMW-Fortschr.Med. Nr. 43/2000 (142 Jg.)