

---

# Kurzfassung des Vortrages von Dr. Ute Winkler, Bundesministerium für Gesundheit und Soziale Sicherung

## Prävention und Ernährung aus Sicht des BMGS

### Es gilt das gesprochene Wort

Sehr geehrte Frau Steinkamp,  
sehr geehrte Damen und Herren,

ich freue mich hier zu sein und möchte herzliche Grüße und beste Wünsche von Frau Bundesministerin Schmidt übermitteln. Kooperation und fächerübergreifende Zusammenarbeit sind unerlässliche und zukunftsweisende Elemente im Gesundheitswesen. Deshalb freut es mich, dass ich bei diesem heutigen Novum dabei sein darf. Der 47. Bundeskongress des Verbandes der Diätassistenten bringt die drei wichtigsten Akteure der Ernährungsberufe und deren Kompetenz zusammen und eröffnet damit eine einzigartige Plattform für Diskussionen, Lösungen und Visionen für die Ernährungsberatung, -aufklärung und -therapie. Dafür ein herzliches Dankeschön. Wir hoffen, dass es nicht bei der Besonderheit bleibt, sondern der Beginn einer erbaulichen Veranstaltungsreihe ist.

Prävention und Ernährung sind zwei wichtige, sich gegenseitig beeinflussende Aspekte unserer Gesundheit und unseres Wohlbefindens. Die meisten Krankheiten sind nicht angeboren sondern vielmehr durch die Lebensweisen im Laufe des Lebens erworben. Prävention und Gesundheitsförderung im Sinne eines ganzheitlichen Ansatzes bedeuten im Wesentlichen ausgewogene Ernährung, ausreichende Bewegung, Möglichkeiten zum positiven Stressabbau in unserer hektischen Zeit, als auch ein moderater Alkoholkonsum und der Verzicht auf Tabak und Drogen. Dazu gehört auch die Vermeidung von Infektionsrisiken, Unfällen und gute Arbeits- und Umweltbedingungen. Gesundheit ist deshalb das Ergebnis einer Vielzahl von Einflussfaktoren. Ein gesundheitsförderlicher Lebensstil wird von zahlreichen Faktoren im positiven wie negativen Sinne beeinflusst, die sich abhängig von den Lebensumständen, dem Alter, des Geschlechts, der sozialen Herkunft ändern können. Eine der wenigen Konstanten stellt dabei die Ernährung dar. Lebensweltbezogene Leistungen der Prävention sind ohne die Aspekte der Ernährung kaum vorstellbar bzw. umsetzbar. Deshalb spielt sie auch im BMGS eine wichtige Rolle.

## *Aktivitäten des BMGS*

Durch die Stärkung der Prävention und Gesundheitsförderung, die das BMGS in den letzten Jahren betrieben hat, haben sich gerade auch positive Impulse auf die Ernährungsberatung, -aufklärung und -therapie ergeben bzw. haben davon profitiert.

Exemplarisch ist zu nennen:

- 3.) Neugestaltung des § 20 SGB V mit dem GKV-Gesundheitsreformgesetz (2000).  
Dadurch haben die Krankenkassen wieder einen erweiterten Handlungsrahmen in der Primärprävention und betrieblichen Gesundheitsförderung erhalten. Ein wesentliches Handlungsfeld stellt dabei die Ernährung dar. Durch entsprechende Maßnahmen der Beratung und Aufklärung sollen Mangel- und Fehlernährung vermieden sowie Übergewicht reduziert werden. Ausdrücklich werden dabei auch Diätassistenten und -assistentinnen bei den Anbieterqualifikationen genannt.
- 4.) GKV-Modernisierungsgesetz (2003) – Damit wurde es den Krankenkassen ermöglicht in ihren Satzungen zu bestimmen, unter welchen Voraussetzungen ihre Versicherten einen Bonus erhalten können und wie dieser gestaltet ist. Gesundheitsförderliches Engagement im Bereich der Ernährung kann ebenfalls honoriert werden. Dazu bedarf es die Angebote von qualifizierten Fachkräften.
- 5.) Einen besonderen Prozess des Umdenkens hat bzw. wird das gerade in der parlamentarischen Beratung (Verabschiedung BT 22. April 2005; Abstimmung BR 27. Mai) befindliche Präventionsgesetz eingeläutet. Damit wird die Prävention zur eigenständigen Säule im Gesundheitswesen weiterentwickelt. Angesichts der Zunahme von gesundheitlichen Risikofaktoren und chronischen Krankheiten und den damit verbundenen Einschränkungen der Lebensqualität des Einzelnen und der Kosten für die Sozialsysteme ist es nahe liegend die Prävention zu stärken. Dadurch sollen Krankheiten vermieden, frühzeitig erkannt und das Risiko von Folgeerkrankungen gemildert werden. Sie muss nicht zeitaufwendig oder teuer sein; oftmals sind es die alltäglichen Taten, wie auf eine ausgewogene Ernährung zu achten oder öfter ein paar Schritte mehr zu gehen, die schon ausreichen können. Mit dem Gesetz werden einheitliche Präventionsziele für alle Akteure festgelegt und die "Stiftung Prävention und Gesundheitsförderung" als gemeinsame Organisationseinheit der Sozialversicherung errichtet. Vor allem solche Bevölkerungsgruppen sollen motiviert werden, die bisher nur wenig unternehmen,

um die eigene Gesundheit zu stärken und Krankheiten vorzubeugen. Ein wichtiges Ziel ist dabei, sozial bedingte Ungleichheiten von Gesundheitschancen abzubauen. Gesundheitsförderung muss deshalb direkt im Lebensumfeld verankert werden. Also in Kindergärten, Schulen und Altenheimen, in den Betrieben und kommunalen Bereichen. Die Leistungsbereiche des Präventionsgesetzes beziehen sich deshalb auf

- primärpräventive Leistungen zur Verhaltensprävention, also z.B. auch Kurse zur Gewichtsreduktion
- Leistungen zur Prävention und Gesundheitsförderung in Lebenswelten (sog. Setting-Ansatz), z.B. auch Projekte in Betrieben mit Schwerpunkt "Bewegung" oder "Ernährung" (evtl. Hinweis auf BMGS Gesundheitstage)
- gesundheitliche Aufklärung durch bevölkerungsbezogene und bundesweite Maßnahmen z.B. Aufklärungskampagnen zur ausgewogenen Ernährung

Sie werden gemerkt haben, dass ich bewusst einzelne Beispiele aus dem Ernährungsbereich gewählt habe, damit Sie als die dort Tätigen eine Vorstellung davon bekommen, dass Ernährung integraler Bestandteil ist. Es findet sogar im materiell-rechtlichen Teil Erwähnung. Im § 17 "Prävention und Gesundheitsförderung in Lebenswelten" werden im Abs. 5 diese Leistungen spezifiziert. Dabei wird festgelegt, dass sich lebensweltbezogene Leistungen insbesondere auf Ernährung, Bewegung und Stressbewältigung beziehen sollen.

Auf der Grundlage von Eigenverantwortung soll das Gesetz das Bewusstsein für einen verantwortungsvollen Umgang mit der eigenen Gesundheit stärken. Somit können Krankheiten vermieden bzw. frühzeitig erkannt und behandelt werden. Bestehende Krankheiten können besser bewältigt und Folgeerkrankungen sowie Frühverrentung, Pflegebedürftigkeit und Behinderung hinausgezögert oder sogar verhindert werden. ([www.die-praevention.de](http://www.die-praevention.de))

1. Mit der sog. "Präventionsstrategie", die am 20.04.05 vom Kabinett verabschiedet wurde, wird unter der Federführung des BMGS das koordinierte und übergreifende Handeln im Bereich der gesundheitlichen Prävention gestärkt. Damit wird ein Entwicklungsprozess angestoßen, an dessen Ende eine integrierte bereichs- und ressortübergreifende Gesamtstrategie der BR steht. Prävention ist eine Querschnittsaufgabe, die viele Ressorts und Politikfelder betrifft und dort verortet ist. Mit diesem Vorgehen sollen die präventionsspezifischen Einzelaktivitäten der einzelnen Bundesministerien auf eine gemeinsame Basis gestellt werden. Dazu

wurden verschiedene Handlungsfelder identifiziert, in denen Maßnahmen ergriffen werden. "Ernährung und Bewegung" gehört selbstverständlich dazu.

Das Betätigungsfeld der Ernährungsberatung, -aufklärung und -therapie liegt nicht nur in der Prävention, sondern auch in der Therapie und kommt bei konkreten Krankheiten zum Tragen. Deshalb wird z.B. bei den Disease Management Programmen zu Diabetes mellitus Typ II ein Schwerpunkt auf die Ernährung gelegt, da diese auch hier eine wichtige Einflussgröße darstellt.

Um das Bild des Engagements des BMGS abzurunden sei noch kurz auf verschiedene Maßnahmen zur Förderung gesunder Lebensstile hingewiesen:

2. Das Deutsche Forum Prävention und Gesundheitsförderung befasst sich weiterhin in der Arbeitsgruppe "Gesunde Kindergärten und Schulen" mit den Schwerpunkten ausgewogene Ernährung, mehr Bewegung, positive Stressbewältigung und andere gesundheitsförderliche Verhaltensweisen bei Kindern und Jugendlichen. Ein entsprechendes Empfehlungsschreiben für gesundheitsförderliche Ganztagschulen geht ausführlich auf Ernährung ein (2004). ([www.forumpraevention.de](http://www.forumpraevention.de))
3. Die Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung engagiert sich seit vielen Jahren zu diesem Themenbereich und hält ein breit gefächertes Medienangebot, insbesondere für Kinder und Jugendliche als auch für deren Multiplikatorinnen und Multiplikatoren bereit. Denn Ernährungs- und Bewegungsmuster prägen sich bereits früh und oftmals lebenslang ein. Vielleicht ergeben sich hier Anknüpfungspunkte für Ihre konkrete Arbeit. ([www.bzga.de](http://www.bzga.de))
4. Da gesunde Lebensstile uns allen am Herzen liegen, möchte ich Sie auf die bundesweite Aktion "3000 Schritte extra jeden Tag" hinweisen. Am 29. Mai wird Frau Bundesministerin Ulla Schmidt die Aktionen, mit der für mehr Bewegung und damit zu mehr Gesundheit in Deutschland anregen soll, in Berlin gestartet.

## *Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung*

Der Pluralismus in der Ernährungsberatung, der sich u.a. in dem großen Angebot ausdrückt, darf nicht zur Beliebigkeit werden. Die Nutzerinnen und Nutzer der verschiedenen Angebote – gerade im präventiven Bereich – müssen sicher sein können, dass es sich um qualitätsgestützte und qualitätsgesicherte Angebote handelt. Dies kann nur durch die entsprechende Anbieterqualität sichergestellt und garantiert werden, gerade auch vor dem Hintergrund, dass der Begriff "Ernährungsberater/in" rechtlich nicht geschützt ist. So konnte bisher quasi jeder oder jede, der sich dazu berufen fühlte, eine Ernährungsberatung anbieten. Doch jetzt haben sich die wissenschaftliche Fachgesellschaft und die zuständigen Fachverbände zusammengeschlossen und die Rahmenvereinbarung "Qualitätssicherung in der Ernährungsberatung" unterzeichnet. Dabei werden die Qualifikationen im Rahmen der Aus- Fort- und Weiterbildung von Ernährungsfachkräften festgelegt und eine Abgrenzung der spezifischen Aufgabenfeldern vorgenommen. Darüber hinaus wird sichergestellt, dass eine qualifizierte Ernährungsberatung in jedem Fall neutral, also ohne Produktverkauf oder Produktempfehlung arbeitet. Es darf also nicht die Gefahr bestehen, dass die Ernährungsberatung zum Spielball unterschiedlichster Marktinteressen oder kommerzieller Ziele missbraucht wird.

Die Basis für eine einheitliche Definition und eine Empfehlung von Ernährungsberaterinnen und -beratern ist somit gelegt. Berufsgruppen, die nur am Rande mit Ernährung zu tun haben, können sich deshalb in der Öffentlichkeit nicht länger als qualifizierte Fachleute im Bereich der Ernährungsberatung darstellen. Auch im Blick auf das kommende Präventionsgesetz ist es wichtig, sowohl Verbrauchern als auch Kostenträgern den Überblick und die Einordnung aller im Ernährungsbereich aktiven Personen zu erleichtern. Die Qualität muss durch die Festlegung von Kriterien und deren Einhaltung gesichert werden, um nicht ausreichend qualifizierte Personen davon abzugrenzen. Allen Beteiligten sei hiermit gedankt.

Eine kontinuierliche Information und Unterstützung der breiten Bevölkerung durch sachkundige Expertinnen und Experten ist bei der Präventionsarbeit von sehr großer Wichtigkeit. Hier leisten die Diätassistentinnen und Diätassistenten mit ihrem Wissen und ihren Erfahrungen einen wichtigen Beitrag. Die gerade erst überarbeitete Ernährungspyramide zeigt, dass "Ernährungswissen" kein statischer Zustand ist, sondern

neue Fragenstellungen und deren Antworten einer Entwicklung unterliegen, die zu neuen Erkenntnissen in der Ernährungsberatung führen. Besonders Diätassistentinnen und Diätassistenten sind hierzu gefragt.

Erst wenn wir es gemeinsam schaffen die Mehrheit der Bevölkerung für das Thema "Ernährung" zu sensibilisieren und zu begeistern, können gesunde Lebensstile auf Dauer Einzug in unser aller Alltag halten. Insbesondere zu diesem Themenkomplex kann man mit relativ wenig Aufwand – man denke hierbei z.B. an 5 am Tag- etwas für seine eigene Gesundheit und die Allgemeinheit tun.

Einzelne Nahrungsmittel oder deren Inhaltstoffe können zwar ggf. eine besondere gesundheitsfördernde Wirkung zeigen, aber erst eine abwechslungsreiche Ernährung mit unterschiedlichen Nahrungsmitteln und den darin enthaltenen Bestandteilen stellt sicher, dass der Körper alle benötigten Nährstoffe erhält, die er zum Leben und wohlfühlen benötigt.

Eine vom Bundesministerium für Gesundheit und Soziale Sicherung in Jahre 1990 herausgegeben einmalige Studie zeigte, dass ca. ein Drittel aller Kosten im Gesundheitswesen ausgegeben werden. Diese Ausgaben dürften gleich geblieben sein, wenn nicht sogar angestiegen sein.

Vielen sog. Zivilisationskrankheiten kann mit einer zielgerichteten Aufklärung und einer veränderten Verhaltensprävention begegnet werden, was am Ende nicht nur zu mehr Gesundheit sondern auch zur positiven Beeinflussung der Kosten des Gesundheitswesens führt.

Essen ist in diesem Zusammenhang mehr als reine Nahrungsaufnahme. Sie schafft und erhält soziale Bindungen. In unserem hektischen Alltag kommt dieser Komponente meist nur noch eine untergeordnete Rolle zu. Statt im Familienkreis die Mahlzeit vorzubereiten, gemeinsam zu speisen und sich dabei vom Alltag zu berichten mit all seinen Höhen und Tiefen und Anteil am Leben des anderen zu nehmen, wird schnell außer Haus gegessen, auf bereits vorgefertigte Speisen zurückgegriffen oder Fast Food im Vorübergehen verzehrt. Dabei geht ein großer Teil von Lebensqualität verloren, auch wenn es auf den ersten Blick doch zum Zeitgewinn führt.

Wenn dann noch die immer bewegungsärmere Lebenswelt betrachtet wird, die bereits ab dem Babyalter mit der Babyschale beginnt, in der Kindergarten- und Schulzeit mit den Chauffeurdiensten der Eltern und den medial ausgerichteten Kinderzimmern und –spielen fortschreitet bis hin zu überwiegend sitzbetonten Tätigkeiten als Erwachsener, ist es nicht verwunderlich, dass Fehl- und Mangelernährung, die oft zu Übergewicht und Adipositas führen, zunehmen. Dem entgegen steht verwunderlicherweise ein medial gesteuertes superschlankes Schönheitsideal, das insbesondere viele junge Frauen, aber zunehmend auch Männer, zu Essstörungen angefangen von wiederholten Diäten, Kontrollzwang über die aufgenommene Kalorienzahl bis hin zu Magersucht und Bulimie sowie extensive sportliche Betätigung treibt. Dem sich daraus entwickelten Körperkult bis hin zu den medial zelebrierten Schönheitsoperationen tritt die "Kampagne gegen den Schönheitswahn" mit Unterstützung des Bundesministerium für Gesundheit und Soziale Sicherung entgegen.