

Insekten. Ein nachhaltiger Genuss?

Alternative Proteinquelle und mehr

Seite 28

GOÄ-Tipp

Abrechnungs-Update: Elektronische Patientenakte

Seite 25

Gesetzesänderung

Bei Versicherungsverträgen ab dem 1. Oktober 2021: Patienten dürfen Erstattungsansprüche gegen Versicherer abtreten

Seite 26

Neue Regierung – bekannte Herausforderungen

Ein Blick auf die Ressorts Gesundheit sowie Ernährung und Landwirtschaft

Seite 44

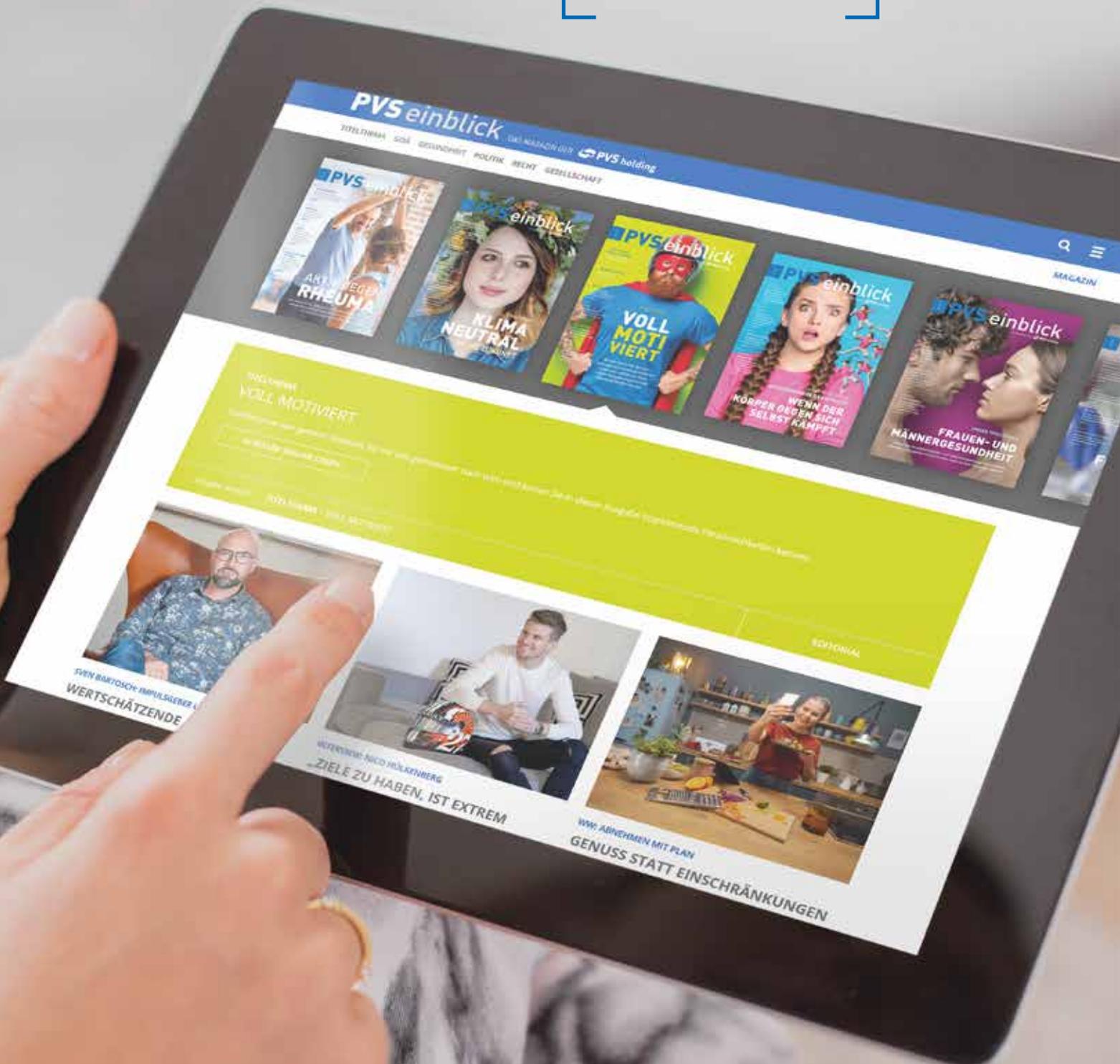
TITELTHEMA

ERNÄHRUNG MIT VERANTWORTUNG

Ob beim Einkauf, in der Küche oder gemeinsam am Tisch: Steigern Sie mit uns das Bewusstsein fürs Essen.

LESEN SIE DIE PVS EINBLICK JETZT AUCH ONLINE

pvs-einblick.de



editorial

Liebe Leserinnen und Leser,

was verstehen Sie unter einer verantwortungsvollen Ernährung? Kommen Ihnen da in erster Linie ausgewogene und vollwertige Mahlzeiten in den Sinn, oder setzen Sie schon einen Schritt früher an, etwa bei der Produktion und dem Einkauf von Lebensmitteln? Und welche Rolle spielt die Zeit, die wir uns im oft stressigen Alltag fürs Essen nehmen? Sie sehen, das Thema hält viele Facetten und Fragen bereit, Fragen, denen wir in dieser ersten Ausgabe des Jahres 2022 nachgehen möchten.

Bereits in den ersten Lebensjahren werden wichtige Grundsteine für ein gesundes Essverhalten gelegt: Aktuell nehmen rund 2 Millionen Kinder hierzulande eine Mittagsverpflegung in der Kita in Anspruch – und die Ganztagsbetreuung nimmt weiter zu. Gute Gründe, die gesundheitsfördernde Verpflegung sowie eine Ernährungsbildung der Kinder zu unterstützen. Welche Bedeutung dabei der Qualitätsstandard der Deutschen Gesellschaft für Ernährung einnimmt, lesen Sie ab Seite 9.

Dass die aus der anhaltenden Coronapandemie resultierenden Einschränkungen und Belastungen auch unsere Ernährung beeinflussen, gilt für Expertinnen und Experten als ausgemacht. Problematisch wird es, wenn Menschen dem Wegfall gewohnter Tagesabläufe mit Bewältigungsstrategien wie einer exzessiven und besorgniserregenden Gewichtskontrolle begegnen. Auch diese Thematik beleuchten wir in der vorliegenden Ausgabe.

Liebe Leserinnen und Leser, das Jahr 2022 bringt viele Herausforderungen mit sich. Diesen muss sich auch die neu formierte Bundesregierung annehmen. Welche Schwerpunkte in den Ressorts Gesundheit sowie Ernährung und Landwirtschaft aktuell auf der Agenda stehen, haben wir für Sie zusammengetragen (Seiten 44 und 45).

Wir hoffen, dass Ihnen der gewohnt vielfältige Mix aus den Bereichen Gesundheit, Politik und Gesellschaft in dieser PVS einblick-Ausgabe Freude bereitet und wünschen Ihnen eine aufschlussreiche Lektüre.



Dieter Ludwig
Sprecher der
Geschäftsführung
PVS holding

Gerd Oelsner
Geschäftsführer
PVS holding



Jürgen Möller
Geschäftsführer



Frank Rudolph
Geschäftsführer



Mike Wolfs
Geschäftsführer

 **PVS holding**
ABRECHNUNG IM GESUNDHEITSWESEN

 **PVS rhein-ruhr**

 **PVS berlin-brandenburg-hamburg**

 **PVS bayern**

 **PVS pria** **PVS PLUS**

TITELTHEMA

ERNÄHRUNG MIT VERANTWORTUNG

Ob beim Einkauf, in der Küche oder gemeinsam am Tisch: Steigern Sie mit uns das Bewusstsein fürs Essen.

AB SEITE **6**



Foto: © Andrii Zastrozhnov - stock.adobe.com

GOÄ-Tipp

Abrechnungs-Update:
Elektronische
Patientenakte

Abrechnung im GKV- und
GOÄ-Bereich ab 2022

SEITE **25**

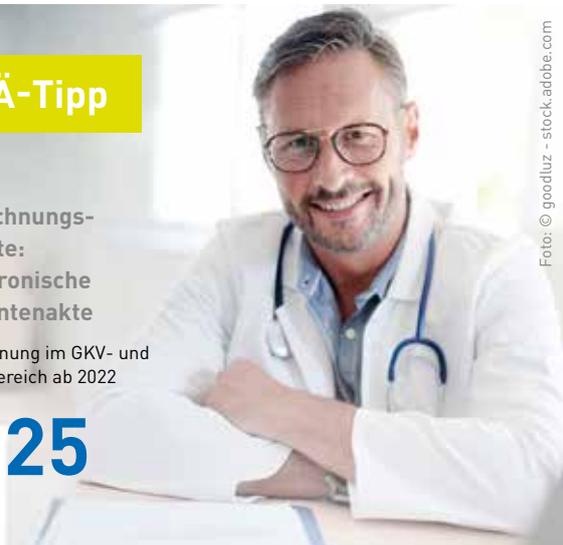


Foto: © goodluz - stock.adobe.com

PVS einblick **GEWINNSPIEL**

Gewinnen Sie
eins von drei
FRÜHSTÜCKS-
PAKETEN VON
**oatsome &
roastmarket**

ALLE INFOS
AUF SEITE **50**



Foto: © oatsome & roastmarket

Gesetzesänderung

Bei Versicherungs-
verträgen ab dem
1. Oktober 2021:
Patienten dürfen
Erstattungsansprüche
gegen Versicherer
abtreten

SEITE **26**



Foto: © yavda - stock.adobe.com



„So geht vertrauen verloren“

Der Gesundheitsexperte
Frank Rudolph zieht eine
ernüchternde Bilanz des
Pandemiejahres 2021

SEITE **46**



Foto: © Christian Nielinger

inhalt

- 3 Editorial**
- TITELTHEMA ERNÄHRUNG MIT VERANTWORTUNG**
- 6 Die GemüseAckerdemie: Sprießende Ideen für mehr Wertschätzung**
Das vom Berliner Verein Acker e. V. angebotene Bildungsprogramm unterstützt Schulen beim Betrieb eigener Anbauflächen – und macht so das Säen und Ernten von Gemüse erfahrbar
- 9 Verpflegung in der Kita: „Ernährungsbildung ist eine kontinuierliche Aufgabe“**
Kindern kann frühzeitig verinnerlicht werden, dass Essen und Trinken Spaß machen
- 12 Slow Food Youth: Kritische Haltung mit Genuss**
Die weltweit agierende Slow Food-Bewegung setzt sich für ein zukunftsfähiges Lebensmittelsystem ein und möchte gleichzeitig die Wertschätzung für Nahrung fördern
- 15 Aus der Praxis: Erfolgsrezepte für eine vollwertige Ernährung**
Im Gesundheits- und Rehaszentrum medicos.AufSchalke vermittelt ein Team aus Oecotrophologen die Grundlagen für eine gesundheitsfördernde, ausgewogene und schmackhafte Ernährung
- 18 Bewusste Ernährung: Verantwortung beginnt schon beim Einkauf**
Verschiedene Organisationen, Institutionen und Vereine erleichtern es, beim Einkauf die richtige Entscheidung zu treffen
- 21 Food-Trends: Was kommt 2022 auf den Teller?**
Informative Bücher, aktuelle Food-Trends und spannende Gastro-Ideen rund um eine gesunde und moderne Ernährung
- 25 GOÄ-Tipp: Abrechnungs-Update „Elektronische Patientenakte“**
Abrechnung im GKV- und GOÄ-Bereich ab 2022
- 26 Gesetzesänderung**
Bei Versicherungsverträgen ab dem 1. Oktober 2021: Patienten dürfen Erstattungsansprüche gegen Versicherer abtreten
- 28 Alternative Proteinquelle und mehr: Insekten. Ein nachhaltiger Genuss?**
Insekten als Herzstück von Hundenahrung fördert die Nachhaltigkeit sowie Tiergesundheit – und bringt so auch dem Menschen die Thematik näher
- 32 Wissenswertes am Frühstückstisch: Was kann das Hühnerei?**
Wie setzt sich der leckere Alleskönner eigentlich zusammen? Was steckt hinter der umfangreichen Kennzeichnung? Legen wirklich nur braune Hennen braune Eier? Ein Blick hinter die Schale
- 34 Essstörungen: „Die Warnsignale sind äußerst vielschichtig“**
Vera Baumer, Diätassistentin, zertifizierte Diät- und Ernährungsberaterin VFED/VDD und therapeutische Leiterin bei TheraTeam München weiß: Jeder Mensch ist und isst anders
- 37 PVS forum: Seminarprogramm**
- 38 Klimaaoptimiertes Grillen**
„Werte, vergleichbar mit einer Autofahrt von rund 120 Kilometern“
- 40 Organspende: Neue Lebensperspektiven schenken**
Im Gespräch mit Dr. med. Gero Frings und Prof. Dr. med. Gernot M. Kaiser – Spezialisten auf dem Gebiet der Organspende
- 44 In den Ministerien: Neue Regierung – bekannte Herausforderungen**
Ein Blick auf die Ressorts Gesundheit sowie Ernährung und Landwirtschaft
- 46 „So geht Vertrauen in die Politik verloren“**
Interview mit Frank Rudolph, Bundesverband Verrechnungsstellen Gesundheit e. V.
- 48 Mitarbeiteraktion: Die PVS kürte das schönste Karnevalsfoto**
- 50 PVS kurz + knapp**
Gewinnspiel, Jobs, Impressum

Die GemüseAckerdemie

SPRIEBENDE IDEEN FÜR MEHR

WERTSCHÄTZUNG

Tagesausflüge auf den Bauernhof sind spannend, lehrreich und bieten vor allem Kindern aus der Stadt vielseitige Einblicke. Doch lassen sich bei einem einmaligen Besuch landwirtschaftliche Prozesse in Gänze vermitteln? Aus den Wünschen, junge Menschen nachhaltig für die Herstellung von Lebensmitteln zu begeistern und gleichzeitig die Sensibilisierung für unsere Nahrung zu fördern, entstand im Jahr 2012 die GemüseAckerdemie. Das vom Berliner Verein Acker e. V. angebotene Bildungsprogramm unterstützt Schulen beim Betrieb eigener Anbauflächen – und macht so das Säen und Ernten von Gemüse erfahrbar.

Wo kommen eigentlich all die Lebensmittel her, die da täglich auf unseren Tellern landen? Unter welchen Bedingungen werden Obst und Gemüse angebaut und geerntet? Und wie entstehen aus kleinen Samen eines Tages knackige Möhren? Fragen, die nicht zwangsläufig zur Lebenswelt von Kindern zählen, erst recht nicht dann, wenn sie in städtischen Strukturen aufwachsen. Doch nicht nur in diesen Regionen mangelt es zusehends an Orten, die den Heranwachsenden grüne Landschaften erfahrbar näher bringen. In dieser fehlenden Naturverbundenheit sehen viele Expertinnen

und Experten die Grundlage dafür, dass Kinder zu wenig Obst und Gemüse essen; fehlende körperliche Betätigung erhöht zudem das Risiko für Übergewicht. Wie wichtig aber die Wertschätzung für sämtliche Prozesse rund um das Säen, Ernten und Verarbeiten von Kartoffeln, Tomaten und Co. ist, zeigt diese Zahl: Jährlich landen hierzulande rund 12 Millionen Tonnen Lebensmittel im Abfall.

Die genannten Entwicklungen sind auch den engagierten Mitgliedern der deutschlandweit agierenden GemüseAckerdemie bekannt. Das Bildungsprogramm wurde

vor 10 Jahren mit der klaren Motivation ins Leben gerufen, bei Kindern im Alter zwischen 6 und 12 Jahren ein Bewusstsein für Landwirtschaft, Ernährung und Lebensmittel zu schaffen – obendrauf gibt's jede Menge Bewegung an der frischen Luft. Rebecca Rank, ebenfalls in einer Großstadt aufgewachsen, ist für den Acker e. V. tätig, jener Verein, der hinter dem Bildungsprogramm steht. Sie verdeutlicht: „Wir nehmen jeden Tag Lebensmittel zu uns, daher sollte deren Produktion auch eine bedeutende Rolle in unserem Alltag einnehmen. Ursprungsidee war es daher, den Acker in den Alltag der Schul-

kinder zu integrieren, um ihnen von klein auf den Bezug zur Natur mit auf den Weg zu geben.“ So startete das Projekt im Jahr 2012 mit einer ersten Pilotschule, die auf dem Schulgelände eine eigene Anbaufläche betrieb. Und wie das dortige Gemüse wuchs auch rasch das Projekt, sodass schon bald weitere Schulen hinzu kamen. Rebecca Rank blickt schmunzelnd auf die Anfangszeit zurück: „Ein junger Teilnehmer äußerte damals Zweifel daran, ob die Landwirtschaft ein passendes Umfeld für ihn darstelle – schließlich sei er doch Gamer und kein Bauer! Genau dieser Junge war nach drei Wochen eifrig involviert und später stolz, sein erstes Gemüse zu ernten.“ Es ist exakt diese Grunderfahrung, die das Team der GemüseAckerdemie seit jeher antreibt: Auch bei anfänglicher Skepsis bewirken Mitmachen und gemeinschaftliches Erleben auf dem Acker schnell positive Effekte.

Zukunftsfähige Kompetenzen für Kinder

Wer sich mit dem Programmablauf der GemüseAckerdemie befasst, bemerkt schnell, dass es das ganze Jahr etwas zu tun gibt: Von Februar bis April verläuft die Vorbereitungsphase, in der die betreuenden Lehrerinnen und Lehrer an ersten Fortbildungen teilnehmen und die Kinder sich im Unterricht dem Thema „Gemüseanbau“ nähern. Gleichzeitig kümmern sich die Initiatorinnen und Initiatoren um die Saat- und Pflanzgutbestellung. Bis Oktober herrscht dann Action auf dem



Foto: © Nadine Stenzel

Ernährung soll Spaß machen! Das wissen auch die jungen Teilnehmenden der GemüseAckerdemie.

Acker! Während die Kinder pflanzen, pflegen und ernten erhalten die Pädagoginnen und Pädagogen wertvolle Informationen, Lehrmaterialien sowie einen regelmäßigen Newsletter mit Acker-To-Dos. Und auch im Herbst und Winter verlieren die jungen Teilnehmenden nicht den Bezug zu ihrer Aufgabe. Denn neben der gemeinsamen Rückschau auf die Saison wandert der Blick über den eigenen Acker hinaus: Wie gestaltet sich die Lebensmittelproduktion weltweit? Was bewirke ich mit meinem eigenen Handeln im Alltag? Kleine und größere Projekte überbrücken die Zeit, bis im Jahr darauf wieder die Ärmel hochgekrempelt werden. Rebecca Rank hebt hier die Sensibilisierung für Schwerpunkte wie Nachhaltigkeit, Klimawandel und Biodiversität hervor: „Wir be-

merken immer wieder, dass diese Themen verstärkt an Relevanz gewinnen und ein gesellschaftliches Interesse vorhanden ist. Dennoch stellen wir im Rahmen der GemüseAckerdemie fest, dass mitunter ein gewisses Know-how für die Umsetzung fehlt. Da herrscht in der pädagogischen Ausbildung durchaus noch Nachholbedarf.“ Doch der Wunsch, den Kindern zukunftsfähige Kompetenzen mit auf den Weg geben zu können, stehe jederzeit im Mittelpunkt. Entsprechend groß sei das Interesse am Bildungsprogramm.

Dies belegt auch die folgende Zahl: Erst kürzlich wurde bei den realisierten Lernorten die 1000er-Marke geknackt; nicht nur in Deutschland sondern auch in der Schweiz, in Österreich und Liechtenstein



Es gibt immer etwas zu tun: Beim gemeinsamen Ackern werden die Kinder für die Lebensmittelproduktion sensibilisiert.

Foto: © Katharina Kühnel



Wie entsteht aus dem Samen eine knackige Möhre?
Die GemüseAckerdemie macht Landwirtschaft hautnah möglich.

Foto: © Nadine Stenzel

wird längst erfolgreich geackert. Dafür wurde die praxisnahe Wissensvermittlung bereits mehrere Male ausgezeichnet, etwa mit dem „Zu gut für die Tonne!-Bundespreis“ im Jahr 2019 – damit zeichnet das Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft jährlich Initiativen aus, die sich für eine Reduzierung der Lebensmittelverschwendung einsetzen. Mit Christoph Biemann, bekannt aus der „Sendung mit der Maus“, konnte zudem ein prominenter AckerBotschafter gewonnen werden. Als Schirmherr unterstützt der Autor, Regisseur und Darsteller die GemüseAckerdemie dabei, Kindern neue Horizonte zu eröffnen.

Fehlende Wertschätzung überwinden

Um die Effekte des gemeinsamen Pflanzens, Mulchens und Erntens aufzuzeigen,

hat das Team der GemüseAckerdemie neun Wirkungsfelder zusammengefasst, die für die teilnehmenden Jungen und Mädchen ein Entwicklungspotential bereithalten: Ernährung, Wissen, Naturbezug, Wertschätzung, Teamwork, Verantwortungsbewusstsein, Selbstwirksamkeit, Bewegung und Begeisterung. Rebecca Rank ergänzt: „Betrachtet man die hohe Zahl an Lebensmitteln, die in Deutschland im Müll landen, lässt sich sagen, dass wir das Problem an der Wurzel packen. Denn die fehlende Achtung kann nur per Herstellung eines Bezugs zu unserer Nahrung überwunden werden. Wer nicht weiß, wie viel Arbeit hinter dem Großziehen eines Radieschens steht, schmeißt es schon mal unbedacht in den Abfall – im Supermarkt kostet das Bund ja lediglich 50 Cent.“ Im Rahmen der GemüseAckerdemie lernen Kinder jedoch genau diesen Wert eines jeden Le-

bensmittels kennen. Existiert zu Beginn des Ackerjahres vielleicht noch Zurückhaltung bei der Arbeit inmitten eines erdigen Beets, werden später bei der Ernte stolz die ausgebundelten Kartoffeln präsentiert. „Da kommt eine richtige Goldgräber-Atmosphäre auf“, freut sich Rebecca Rank.

Voller Zuversicht blickt man nun der anstehenden Saison 2022 entgegen – während viele Kultur- und Bildungsprogramme für junge Menschen unter den Einschränkungen der Coronapandemie litten oder weiterhin leiden, lässt sich das Säen und Ernten an der frischen Luft bestens umsetzen. Vielmehr noch: Die gemeinsame Arbeit auf dem Acker stelle für alle Beteiligten einen willkommenen Ausgleich dar, wie Rebecca Rank mit Blick auf die vergangenen zwei Jahre berichtet: „Von den Lehrerinnen und Lehrern haben wir tolle Rückmeldungen erhalten, da sie beispielsweise die stressige Umsetzung einer Notbetreuung nach draußen verlegen konnten – auch ein klassenübergreifendes Ackern ist möglich. An den verschiedenen Lernorten wurden zudem schnell Möglichkeiten geschaffen, um auch weitere Familienmitglieder mit einzubinden.“ Nicht nur dieser Ansatz zeigt: Vom Wissen rund um ökologische Zusammenhänge sowie die Lebensmittelproduktion profitieren kleine und große Mitglieder unserer Gesellschaft gleichermaßen.



Wer sein eigenes Gemüse erntet, weiß den Wert von Lebensmitteln zu schätzen.

Foto: © Nadine Stenzel

„ERNÄHRUNGS- BILDUNG IST EINE KONTINUIERLICHE AUFGABE“

Mehr als sieben Stunden täglich verbringt ein Großteil der Kinder hierzulande in den Kindertagesstätten. Da liegt es nahe, den Kleinen regelmäßig eine gesundheitsfördernde und nachhaltige Verpflegung zu garantieren, werden doch bereits im Kita-Alter wichtige Weichen für den späteren Lebensstil gestellt. Doch wie sieht eine ausgewogene, kindgerechte Kost überhaupt aus? Und finden Erzieherinnen und Erzieher die nötige Zeit für eine nachhaltige Ernährungsbildung? Nachgefragt bei Sonja Fahmy von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE). Als Expertin für den DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas weiß die Oecotrophologin: Kindern sollte frühzeitig verinnerlicht werden, dass Essen und Trinken Spaß machen.





Foto: © DGE e. V., Projekt FIT KID

„Es ist wichtig, zu verstehen, wie Kinder essen, wie sie Lebensmittel wahrnehmen“, so Sonja Fahmy von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V.

Mit der Zunahme der Ganztagsbetreuung in den vergangenen rund 20 Jahren stieg auch die Zahl der Kinder, die in der Kita ihr Mittagessen einnehmen. Wann rückte der Aspekt „Ernährung“ in den Fokus der Öffentlichkeit?

Diese merkliche Zunahme der Ganztagsbetreuung begünstigte, dass sowohl Ernährungswissenschaftler als auch die Politik seit der Jahrtausendwende vermehrt den Blick auf eine entsprechende Verhältnisprävention richten: Wo leben die Menschen? Wie verbringen sie ihren Tag? Und wie können wir auf die Lebenswelt, die sie umgibt, einwirken? Dazu zählen neben der Kita auch Schulen, Betriebe und schließlich auch Seniorenheime und Kliniken. Also sämtliche Orte, wo Menschen leben und von der öffentlichen Hand be-

DER DGE-QUALITÄTSSTANDARD FÜR DIE VERPFLEGUNG IN KITAS

Der DGE-Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas zeigt im Detail, wie ein gesundheitsförderndes Verpflegungsangebot in der Kita aussehen sollte. Im Fokus steht eine optimale Lebensmittelauswahl unter Berücksichtigung der speziellen Rahmenbedingungen in einer Kita. Dabei geht es nicht nur um ernährungsphysiologische Anforderungen, sondern auch um die Beachtung von Nachhaltigkeitsaspekten bei der Speiseplanung. Er dient als Instrument zur Hilfestellung bei der Umsetzung eines ausgewogenen Verpflegungsangebotes sowie zur Qualitätssicherung.

treut oder versorgt werden. Für die Kitas lagen vor 20 Jahren noch keinerlei Daten zur Verpflegung vor. Die Ergebnisse der Kindertagesstätten-Ernährung-Situations-Studie KESS aus dem Jahre 2000 verdeutlichten dann den Handlungsbedarf in dieser Lebenswelt.

Wie gestaltet sich die Situation heute?

Deutschlandweit zählen wir heute rund 57.000 Einrichtungen, in denen circa 3,7 Millionen Kinder betreut werden. Diese Kinder erhalten jährlich etwa 580 Millionen Mittagessenszeiten – eine ziemlich große Zahl. Betrachtet man zusätzlich die täglichen Betreuungszeiten von teilweise mehr als sechs bis sieben Stunden, ist die Lebenswelt Kita als großer Impulsgeber in Sachen Essverhalten und Geschmacksbildung zu betrachten. In den letzten zehn Jahren ist die Quote der Ganztagsbetreuung nochmal von 22 auf 34 Prozent gestiegen, was den Handlungsbedarf bei der Ernährung unterstreicht.

In diesen frühen Lebensjahren werden bereits wichtige Weichen für den späteren Lebensstil gestellt: Wie steht es da um das Risiko für Übergewicht oder Adipositas?

Man weiß, dass die Geschmacks- und Esserfahrungen in den ersten Lebensjahren prägend sind für das spätere Essverhalten. Das, was Kinder in frühen Jahren bereits an Lebensmittelvielfalt erfahren und was in ihrem allgemeinen Umfeld vorgelebt wird, nehmen sie mit großer Wahrscheinlichkeit mit hinüber ins Erwachsenenalter. Die genannten Risiken spielen dabei durchaus eine Rolle, allerdings zeigt die „Studie zur Gesundheit von Kindern und Jugendlichen in Deutschland“ (KIGGS) des Robert Koch-Instituts, dass die Zahlen hinsichtlich des Übergewichts zuletzt stabil geblieben sind. Die schlechte Nachricht ist jedoch, dass diese Zahlen auf einem relativ hohen Niveau stagnieren: Etwa 15,4 Prozent der Kinder und Jugendlichen sind in Deutschland übergewichtig – 5,9 Prozent gelten als adipös. Gleichzeitig zeigen die Daten, dass Übergewichts- und Adipositasprävalenzen mit zunehmendem Alter steigen.

Welche weiteren möglichen Erkrankungen sind zu nennen?

Wenn Kinder früh lernen, sich ausgewogen zu ernähren und ein adäquates Nahrungsangebot vorfinden, greifen sie auch

in einem Alter, in dem die elterliche Kontrolle zurückgeht, eher zu den „richtigen“ Lebensmitteln – Stichwort „Verbraucherbildung“. Ernährungsbedingte Erkrankungen folgen meist erst in einem späteren Lebensabschnitt, ich denke da bei stark übergewichtigen Kindern an einen Diabetes Typ 2, an Bewegungseinschränkungen oder auch Probleme mit den Gelenken. Die gesundheitlichen Einschränkungen machen sich also meist verzögert bemerkbar, festzuhalten ist jedoch, dass rund 80 Prozent der übergewichtigen Kinder später auch übergewichtige Erwachsene sind.

Was können Erzieherinnen und Erzieher den Kindern vermitteln? Wie wichtig sind Aspekte wie Lebensmittelvielfalt und die Zubereitung von Speisen?

Das sind in der Tat wichtige Ansatzpunkte, mit denen man arbeiten kann. Kindern sollte frühzeitig verinnerlicht werden, dass Essen und Trinken Spaß machen. Der Genuss sollte im Vordergrund stehen. Diese kleinen Menschen kommen mit einem natürlichen, angeborenen Hunger- und Sättigungsbedürfnis auf die Welt. Später greifen Familien – meist unbewusst – mit ihren Mahlzeitenstrukturen oder im stressigen Alltag „manipulierend“ ein. Umso wichtiger ist es, zu verstehen, wie Kinder essen, wie sie Lebensmittel wahrnehmen. Der Süßgeschmack beispielsweise ist angeboren und evolutionär bedingt. Eine wichtige Botschaft, um adäquat mit dem Thema „Süßigkeiten“ umzugehen. Gleiches gilt später übrigens auch für das Ablehnen bestimmter Lebensmittel. Da sprechen wir von einer Neophobie, der Angst vor etwas Neuem.

Sollte denn jedes neue Lebensmittel wenigstens probiert werden? Wie lässt sich die Herausforderung „Spaß statt Zwang beim Essen“ bewältigen?

Hier ist es schwierig, den einen richtigen Weg zu finden. Die erwähnte Angst vor neuen Lebensmitteln kann nur verschwinden, wenn das Kind sie zumindest probiert. Auch ich bin durchaus der Meinung, dass immerhin ein Probierlöffel drin sein sollte. Im Gegenzug müssen Eltern aber auch das berühmte „Bäh!“ und ein verweigertes Hinunterschlucken akzeptieren. Das altbekannte „Es wird gegessen, was auf den Tisch kommt“ sollte so verstanden werden, dass der Tisch eine Vielfalt bietet, aus der die Kinder auswählen können. Das

Im frühen Kindesalter werden wichtige Grundsteine für die spätere Geschmacksbildung gelegt.



Foto: © Oksana Kuzmina - stock.adobe.com

gilt für zu Hause, aber auch für die Kita. Dort ist der Effekt aufgrund der Gruppendynamik umso größer.

Welchen Herausforderungen sehen sich die Einrichtungen am häufigsten ausgesetzt? Wie steht es um fehlende Räumlichkeiten oder den Zeitmangel bei der Ernährungsbildung?

Auch wenn das Thema „Verpflegung“ in den Kitas in den vergangenen 20 Jahren an Relevanz gewonnen hat, ist weiterhin an vielen Stellschrauben zu drehen. Tatsächlich spielen da die räumlichen Strukturen eine Rolle; in vielen Einrichtungen gibt es beispielsweise keine Küche mehr. Das muss aber nicht zwangsläufig ein Zeichen für eine schlechte Verpflegung sein, schließlich kann auch ein Caterer diese Aufgabe bestens erfüllen. Die Ernährungsbildung wird in der Regel als „On-top“-Aufgabe von den Erzieherinnen und Erziehern geleistet. Allerdings sollte diese nicht in Form einmaliger Projekte wie „Heute beschäftigen wir uns mit der Kartoffel“ oder „Wir backen gemeinsam Brot“ stattfinden. Vielmehr handelt es sich dabei um eine kontinuierliche Aufgabe, die gleichzeitig unzählige Möglichkeiten bietet, weitere Bildungselemente mit einzu beziehen, etwa die motorischen Fähigkeiten beim Decken des Tisches oder die Farbenlehre anhand verschiedener Lebensmittel.

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) hat einen Qualitätsstandard für die Verpflegung in Kitas formuliert: In welchen Bereichen kann dieser eine Hilfe sein?

Hintergedanke des DGE-Qualitätsstandards für die Verpflegung in Kitas ist es zunächst, dem Spannungsfeld unzähliger Empfehlungen rund um eine gesunde Verpflegung entgegenzuwirken – unter Berücksichtigung von einheitlichen, bundesweiten Kriterien für ein gesundheitsförderndes und nachhaltiges Angebot. Der DGE-Qualitätsstandard bietet somit Hilfestellung bei der Umsetzung des Verpflegungsangebotes und ist gleichzeitig ein Instrument der Qualitätsentwicklung. Ich rate den Einrichtungen, Trägern und auch den Eltern stets, Emotionen rund um das Thema „Verpflegung“ herunterzufahren und Fakten zu schaffen. Hier hilft der Qualitätsstandard, indem er zeigt, wie eine ausgewogene und nachhaltige Ernährung aussehen kann. Zum Beispiel: „Im Rahmen der wöchentlichen Mittagsverpflegung sollte es fünfmal Gemüse und davon zweimal Rohkost geben.“ Eine Richtschnur für die Kita zur Umsetzung eines optimalen Angebots sozusagen. Gleichzeitig bietet der Standard auch den Eltern eine Orientierung, wenn es etwa um die heimische Speisepflege geht. Ein Rundum-sorglos-Paket!

Kitas können zudem von der DGE die sogenannte FIT KID-Zertifizierung erhalten: Welche Kriterien sind da zu erfüllen?

Einrichtungen, die sich ein ausgewogenes Angebot auf die Fahne geschrieben haben, können das auf freiwilliger Basis mit dieser Zertifizierung signalisieren. Interessierte Kitas melden sich bei der DGE und erhalten daraufhin einen Leitfaden mit Kriterien, die sie für die Zertifizierung umsetzen müssen – etwa bezüglich der Lebensmittelqualität und -häufigkeit oder einer fleischlosen Kost. Daraufhin erhalten sie ein Jahr Zeit, die Kriterien fest in der jeweiligen Einrichtung zu integrieren, um dann per Audit vor Ort überprüft zu werden. Bei der Zertifizierung wird das Thema „Verpflegung“ vollumfänglich betrachtet: Das schließt nicht nur all das mit ein, was täglich bei den Kindern auf dem Teller und am Tisch passiert. Auch die Essumgebung wird berücksichtigt. Auch sind uns Kitas bekannt, die Eltern, die oft gestresst direkt nach der Arbeit ihre Kinder abholen, ein ruhiges Ankommen bieten. Da existiert ein separater Raum, wo sie neben einem Kaffee noch nützliche Informationen rund um die Ernährung erhalten. Und zwar so, wie es beim gesamten Themenkomplex geboten ist: Auf Augenhöhe und ohne erhobenen Zeigefinger.

RT ●

dge.de | fitkid-aktion.de

KRITISCHE HALTUNG MIT GENUSS

Die Strukturen der Lebensmittel- und Landwirtschaft sind für Konsumentinnen und Konsumenten bisweilen schwer zu durchblicken; nicht immer sind die Konsequenzen der Wahl eines bestimmten Produkts ersichtlich. Die weltweit agierende Slow Food Bewegung setzt sich für ein zukunftsfähiges Lebensmittelsystem ein und möchte gleichzeitig die Wertschätzung für Nahrung fördern. Dies hat sich auch die daraus hervorgegangene Jugendbewegung – Slow Food Youth – auf die Fahne geschrieben. Mit kreativ-kritischen Aktionen werden die Zusammenhänge von Konsum, Nachhaltigkeit und Umweltschutz aufgezeigt. Dafür trifft man sich auch schon mal zu einer Schnippeldisko.



Janina Hielscher möchte (nicht nur) junge Menschen für das Thema „Ernährung“ begeistern und gleichzeitig politische Zusammenhänge aufzeigen.



Wie kann es sein, dass wir einer Sache, die mehrmals täglich unseren Alltag berührt, mitunter viel zu wenig Beachtung schenken? Gemeint ist die tägliche Nahrungsaufnahme und der Umstand, dass viele Mahlzeiten hastig eingenommen werden – vielleicht in der Bahn auf dem Weg zur Arbeit, im Auto an der roten Ampel oder zwischen zwei E-Mails am PC. Darunter leidet nicht nur in vielerlei Hinsicht die Gesundheit, sondern auch unsere Esskultur, die Gefahr läuft, sich zusehends vom gemeinsamen Esstisch zur reinen Nahrungsaufnahme hinweg zu bewegen. Haben Fertigprodukte das selbst zubereitete Gericht bereits verdrängt? Janina Hielscher ist wissenschaftliche Mitarbeiterin am Institut für nachhaltige Ernährung an der FH Münster und hat 2021 ihren Masterabschluss im Studiengang Nachhaltige Dienstleistungs- und Ernährungswirtschaft abgelegt. Vor allem aber ist sie im Netzwerk Slow Food Youth Deutschland aktiv und zählt dort zum Leitungsteam. Sie weiß: „Die Problematik beginnt meist schon in frühen Jahren, wenn Kinder beispielsweise in der Kita oder später in der Grundschule nur eine unzureichende Er-

nährung erfahren. Neben dem gesundheitlichen Aspekt ist Essen immer auch etwas Emotionales, eine Sache, die uns prägt. Daher ist es fatal, wenn Kinder von klein auf Nahrung lediglich als Bedürfnisbefriedigung verstehen.“

Lehrreiches bei der Schnippeldisko

Dies ist nur eines von vielen Anliegen, denen sich die Mitglieder von Slow Food Youth widmen. Gegründet wurde das Netzwerk im Jahr 2007 auf dem Internationalen Slow Food Kongress in Mexiko; zwei Jahre später fiel auch in Deutschland der Startschuss. Die weltweit agierende Jugendbewegung engagiert sich für gute, saubere und faire Lebensmittel, versteht Essen als Genuss und Politik zugleich und vereint dabei ganz unterschiedliche Menschen: Ob Köchinnen oder Lebensmittelhandwerker, Bäuerinnen oder einfach „nur“ Food-Interessierte – wer sich für die Zusammenhänge der internationalen, lokalen und regionalen Lebensmittelsysteme interessiert, trifft hier auf Gleichgesinnte. Janina Hielscher: „Die Idee war es, explizit junge Menschen für das Thema »Ernährung« zu begeistern, immer

auch in Verbindung mit den politischen Hintergründen, die eben dazugehören. Gleichzeitig bietet es sich innerhalb eines großen Netzwerks natürlich an, Ideen für nachhaltige und schmackhafte Speisen auszutauschen – auch Tipps für mehr Zeit und Genuss beim Essen gehören dazu.“

Bei der Ansprache und Sensibilisierung der entsprechenden Zielgruppe für Aspekte rund um das Ernährungssystem legt man bei Slow Food Youth jede Menge Kreativität an den Tag: Aktionen wie das Kochen in der Öffentlichkeit, Eat-Ins als kulinarische Protestaktion oder das Anfertigen von Saatgut-Bomben vermitteln ein komplexes Thema auf lockere Art und Weise. Und dann wäre da noch die sogenannte Schnippeldisko! Ziel des wohl bekanntesten Netzwerk-Events ist es, auf die Problematik der Lebensmittelverschwendung aufmerksam zu machen. Damit ist nicht nur die bedrückende Tatsache gemeint, dass weltweit Unmengen von Lebensmitteln in der Tonne landen – manche Produkte werden bereits auf dem Weg vom Acker zum Supermarkt „aus dem Verkehr gezogen“, weil sie in Form und Größe oder aufgrund einer kleinen Druckstel-



Foto: [3], © Slow Food

Das beliebte Format der Schnippeldisko bringt junge Food-Interessierte zusammen. Die Message: Auch Lebensmittel mit Makel schmecken!

le nicht der Norm entsprechen. Während also genau diese „krummen Dinger“ geschnippelt und zu einer leckeren Mahlzeit verarbeitet werden, gibt es die passende musikalische Begleitung. „Die Schnippeldisko ist dieses Jahr 10 Jahre alt geworden“, freut sich Janina Hielscher, die das Format hin und wieder moderiert. „Da möchten wir dann zeigen, was man trotz optischer »Makel« noch alles essen kann – und zwar immer ohne erhobenen Zeigefinger.“

Anstöße für ein Umlenken und Umdenken

So abwechslungsreich eine vollwertige und nachhaltige Ernährung ist, so vielseitig gestalten sich auch die Themen, die bei den jungen Slow Food-Aktivistinnen und -Aktivisten auf der Agenda ste-

hen. Ob Agrar- und Ernährungspolitik, Bienenschutz, biokulturelle Vielfalt, gentechnisch veränderte Organismen, die Milchvielfalt oder Tiere in der Landwirtschaft – die Anstöße für ein Umlenken und Umdenken vollziehen sich sowohl auf der individuell-persönlichen, als auch strukturell-politischen Ebene. Ohnehin trifft das Netzwerk damit den Nerv der Zeit, wie auch Janina Hielscher berichtet: „Im vergangenen Jahr fand die Gründung zweier neuer Gruppen in Freiburg und Lübeck statt. Zudem wächst das Interesse an unseren Messenger-Gruppen und den Social-Media-Kanälen stetig. Und auch künftig freuen wir uns über noch mehr Sichtbarkeit.“ Wer sich gemeinsam mit den jungen Lebensmittelbegeisterten engagieren möchte, kann Kontakt zu einer der jeweiligen Gruppen aufnehmen,

die neben den genannten Städten noch in Berlin, Fulda, Göttingen, Hamburg, Köln, Leipzig und Münster agieren. „Zusätzlich existieren deutschlandweit aber auch viele Einzelkämpferinnen und Einzelkämpfer“, wie die 29-Jährige ergänzt. Die im Namen der Bewegung enthaltene „Jugend“ wird dabei übrigens sehr großzügig ausgelegt: Zwischen 16 und 35 Jahre alt sind die Mitglieder von Slow Food Youth.

Natürlich hatte und hat auch das Netzwerk mit den coronabedingten Einschränkungen zu kämpfen – allerdings fand man schnell neue (digitale) Wege, um die verschiedenen Aktionen, Projekte und Workshops auf den Weg zu bringen. Auch möchte Janina Hielscher viel lieber die positiven Aspekte der vergangenen zwei Jahre hervorheben: „Aufgrund der Home-Office-Regelung und des damit verbundenen Wegfalls der Betriebsverpflegung »mussten« viel mehr Menschen zu Hause kochen. Daraus entstanden ein gesteigertes Interesse sowie neue Aufmerksamkeit für die Ernährung. Auch das Backen, etwa von Sauerteigbrot, liegt wieder voll im Trend.“ Aus diesen begrüßenswerten Entwicklungen entstehen idealerweise weitere Interessen: Neben dem Sinn für eine gesunde Ernährung betrifft das beispielsweise auch ein gesteigertes Bewusstsein für die Arbeitsbedingungen in der Landwirtschaft, wo es im Zuge der Pandemie zu Verknappungen kam und manche Waren temporär nicht wie gewohnt verfügbar waren. Eingefahrene Konsummuster erkennen, diese angehen und im besten Falle ändern: Nur einige wenige Anregungen der jungen „Slow Foodies“, die im Idealfall jedoch vieles bewirken können. RT ●



DIE SLOW FOOD BEWEGUNG

Als Gegengewicht zum weltweit verbreiteten Fast Food formierte sich die Bewegung in den 1980er-Jahren ursprünglich in Italien, um neben der Erhaltung der regionalen Küche auch die lokale Produktion zu fördern. Die Schärfung des Sinns für ein genussvolles und bewusstes Essen stieß weltweit auf große Zustimmung; Slow Food Deutschland e. V. wurde 1992 gegründet und zählt heute rund 12.000

Mitglieder und über 80 regionale Gruppen. Die im Verein fest verankerte Jugendbewegung Slow Food Youth setzt sich seit 2009 für eine dezidiert politische Arbeit sowie die kritische Haltung zu Konsum, Landwirtschaft und Lebensmittelwirtschaft ein. Mitglieder sind über das ganze Land verteilt und in lokalen Gruppen organisiert.

slowfood.de/youth

ERFOLGSREZEPTE FÜR EINE VOLLWERTIGE ERNÄHRUNG

Genuss, Freude und Geselligkeit: Beim Essen sollte es nicht nur um die reine Nahrungsaufnahme gehen, sondern auch um die Wertschätzung hochwertiger Lebensmittel sowie eine aufmerksame Zubereitung der Speisen. In vielen Haushalten fällt all dies leider oft einem stressigen Alltag zum Opfer, sodass es an einer umsichtigen Planung und bedachten Einnahme der Mahlzeiten mangelt. Entwicklungen, die man auch im Gesundheits- und Rehasentrum *medicos.AufSchalke* kennt. Dort vermittelt ein Team aus Oecotrophologen die Grundlagen für eine gesundheitsfördernde, ausgewogene und schmackhafte Ernährung.

Die Diplom-Oecotrophologin Marion Schüler weiß: Zu hohe Erwartungen an die eigene Ernährung verursachen Stress.



Foto: © medicos.AufSchalke

Das Frühstück to go auf dem Weg zur Arbeit, die hastig eingenommene Mahlzeit in der Mittagspause, ein Fertiggericht am Abend vor dem Fernseher: Was überspitzt klingen mag, ist in vielen deutschen Haushalten Realität. Während Zeitmangel, Stress und berufliche Verpflichtungen zunehmen, sinkt der Stellenwert fürs Essen. Umfragen zufolge gibt nur jede(r) Vierte hierzulande an, sich konsequent gesund zu ernähren; gerade mal in der Hälfte aller Haushalte kommt täglich eine selbst zubereitete Mahlzeit auf den Tisch. Können Zeitmangel und fehlende Inspiration tatsächlich als Gründe für diese alarmierende Entwicklung herangezogen werden? Die Diplom Oecotrophologin Marion Schüler ist zertifizierte Ernährungsberaterin VDOE und leitet die Ernährungstherapie und -beratung im Gesundheits- und Rehasentrum *medicos.AufSchalke*. Sie ver-

deutlich: „Viele unserer Patientinnen und Patienten berichten, dass ihnen fürs Zubereiten einer vollwertigen Mahlzeit die Zeit fehle. Im Gegenzug fällt uns in den Beratungsgesprächen allerdings auch immer wieder auf, dass einige Menschen eine zu hohe Erwartung an ihre tägliche Ernährung haben. Da soll die Nahrung nicht nur gesund und ausgewogen sein, sondern zudem auch Bioqualität besitzen, appetitlich aussehen und aus saisonalem Anbau stammen.“ Ehrbare Ziele, die allerdings schnell zu einer Überforderung führen können, wie die Expertin

weiß: „Da entsteht schnell eine Verunsicherung, auch begünstigt durch die Medien, die mal eine vegane Ernährung kolportieren, dann eine vegetarische, Low-Carb, das Intervallfasten oder eine glutenfreie Kost.“



Foto: © Olga Vastremnska, New Africa, Alamy Studio - stock.adobe.com



Zu einer gesunden Ernährung zählt immer auch eine vorausschauende Planung.

Foto: © medicos.AufSchalke

EINZIGARTIGE EINRICHTUNG FÜR GESUNDHEIT

medicos.AufSchalke ist Teil der Unternehmensgruppe der Nanz medico GmbH & Co.KG. Das Know-how und das Engagement der fachübergreifenden Teams machen das interdisziplinäre Rehabilitations-, Sport- und Gesundheitszentrum zu einer einzigartigen Einrichtung in Deutschland. Gut zu wissen: Die gesetzlichen Krankenkassen beteiligen sich nach einer ärztlichen Überweisung an den Kosten für eine Ernährungstherapie oder -beratung – in der Regel im Rahmen von bis zu 80 Prozent der entstandenen Aufwendungen.

Marion Schüler erkennt zudem eine Verschiebung der Prioritäten im Alltag: Digitale Freizeitangebote wie Smartphone, Tablet und Streaming-Dienste würden längst einen großen Teil des Tages in Anspruch nehmen; Zeit, die man sich früher für den Einkauf und die Zubereitung von Speisen genommen habe. Das Essen selbst gerate da zur Nebensache und gemeinsame Mahlzeiten in Familien fielen weg. Gleichzeitig macht die Ernährungsberaterin in ihren Gesprächen nicht selten einen Fehlschluss aus: „Der Faktor »Zeitmangel« als Grund für eine unausgewogene Ernährung greift nicht immer“, so Schüler. „Vielmehr bereiten viele Menschen ihre Mahlzeiten nicht ausreichend vor – es existiert oft keine vorausschauende Planung zum Beispiel mittels Wochenspeiseplan. Andere wiederum gehen täglich einkaufen, da sie nicht wissen, was sie abends essen möchten. All das schafft Stress und nimmt zusätzlich Zeit in Anspruch. Unsere Empfehlung lautet daher, einen wöchentlichen Plan anzu-

fertigen, sich für zwei bei drei Speisen zu entscheiden und dafür entsprechend einzukaufen.“ Das Vorkochen und Einfrieren von Gerichten mache laut Marion Schüler eine ideale Organisation komplett.

Ernährungsempfehlungen mit weitreichender Wirkung

Das Team Oecotrophlogie des Gesundheits- und Reha-zentrums medicos.AufSchalke besteht aus drei Ernährungsfachkräften, die vor Ort die Grundlagen einer gesundheitsfördernden, vollwertigen und schmackhaften Ernährung vermitteln. Auch stehen sie ihren Patientinnen und Patienten bei Diagnosen wie etwa Diabetes, Herz-Kreislauf- oder Lebererkrankungen beratend zur Seite. Da diese und viele weitere Leiden unter dem Einfluss der menschlichen Ernährungsgewohnheiten stehen, kann eine entsprechende Therapie den Krankheitsverlauf günstig beeinflussen. Marion Schüler: „Dieser Zusam-

menhang ist den Betroffenen zwar klar, allerdings machen wir häufig die Beobachtung, dass sie eine Ernährungstherapie ausschließlich auf erhöhtes Körpergewicht und Adipositas beziehen. Dabei spielen Ernährungsempfehlungen aber eben auch bei Diagnosen wie Bluthochdruck eine wichtige Rolle.“ Patientinnen und Patienten mit Erkrankungen der Niere, Beschwerden des Magen-Darm-Traktes oder chronisch entzündlichen Darmerkrankungen wie Morbus Crohn und Colitis Ulcerosa erhalten in dem Gelsenkirchener Gesundheits- und Reha-zentrum ebenfalls eine entsprechend-maßgeschneiderte Beratung oder Therapie.

Genau diese individuelle Betrachtung braucht es auch hinsichtlich der unterschiedlichen Ernährungsformen, die heutzutage vorherrschen. Vegetarisch, vegan, Low-Carb: Was gilt es da zu beachten? „Natürlich fragen wir zu Beginn ausführlich nach, weshalb sich jemand für eine



In den Kochkursen von medicos.AufSchalke erhalten die Teilnehmenden hilfreiche Tipps für eine leckere, abwechslungsreiche Küche.



Foto: © Kzenon - stock.adobe.com

bestimmte Kost entschieden hat“, berichtet Marion Schüler. „Bei einer veganen Ernährung etwa muss klar sein, dass die Einnahme zusätzlicher Nahrungsergänzungsmittel notwendig ist. Low-Carb wiederum geht häufig mit einer Einschränkung bei Grundnahrungsmitteln wie Brot, Kartoffeln und Reis einher. Da empfehlen wir dann eher die Einnahme hochwertiger Lebensmittel wie Vollkornprodukte, statt eine komplette Lebensmittelgruppe zu vermeiden. Niemand wird übergewichtig von Grundnahrungsmitteln wie beispielsweise Kartoffeln, Reis und Nudeln – wir haben vielmehr ein Problem mit »flüssigen Kalorien«, also Zucker.“ Weitere maßgebliche Fragen werden im Anamnesegespräch geklärt: Welchen Stellenwert haben Essen und Trinken in der Familie? Existiert am Arbeitsplatz eine Küche oder eine Kantine? Und welche Ziele hat man sich überhaupt gesteckt? Die eine Ernährung für alle, so weiß man im Team, existiert nunmal nicht.

Fehlt es an der nötigen Inspiration?

Wer weiß, welche Zutaten für eine gehaltvolle Ernährung vonnöten sind, kennt auch die passenden Rezepte: In speziellen Kochkursen geben die Oecotrophologen von medicos.AufSchalke daher allerlei Wissenswertes zur Zubereitung abwechslungsreicher Gerichte weiter. Etwa 10–12 Teilnehmerinnen und Teilnehmer finden in der Lehrküche Platz – das gemeinsame Kochen richtet sich unter anderem an Vereine, Freundeskreise und Firmen, ist aber auch Teil der angebotenen Reha-Maßnahmen. Kann eine unzureichende Ernährung also auch auf fehlender Inspiration in der Küche beruhen? „Hauptanliegen vieler Patientinnen und Patienten sind alltagstaugliche, schnelle Rezepte“, gewährt Marion Schüler einen Einblick. „Aber auch vegetarische Gerichte sind gefragt, Mahlzeiten, die optisch ansprechend und schmackhaft sind. Denn oft fehlt es an fleischlosen Alternativen auf

dem heimischen Speiseplan.“ Abgerundet werden die Kurse mit einer kleinen Lebensmittelkunde plus Tipps für den Einkauf bestimmter Grundnahrungsmittel sowie die Verwendung von Resten vom Vortag.

Im größten ambulanten Gesundheits- und Reha-Zentrum Europas, gelegen im Herzen des Ruhrgebiets, findet sich ein umfangreiches, fachübergreifendes Therapieumfeld: So vereint es neben den Diplom-Oecotrophologen unter anderem auch Orthopäden, Kardiologen, Psychiater, Urologen, Diplom-Psychologen, Diplom-Sportwissenschaftler, Sport- und Gymnastiklehrer sowie Physio-, Bewegungs- und Ergotherapeuten unter einem Dach. Geballte Kompetenz also, um den Erhalt und Ausbau der körperlichen Kräfte und Fähigkeiten der Patientinnen und Patienten zu erreichen. Und dies gelingt nur auf Basis einer ausgewogenen und gesundheitsfördernden Ernährung. **RT ●**

medicos-aufschalke.de



Foto: © Olga Yastremiska, New Africa, Africa Studio - stock.adobe.com

VERANTWORTUNG BEGINNT SCHON BEIM EINKAUF

Wer wissen möchte, unter welchen Bedingungen die auf dem Einkaufszettel notierten Lebensmittel produziert werden, verliert sich schnell in einem Wust aus Siegeln, Zertifizierungen und Verbraucher-Label. Auch lassen sich Herstellungsprozesse und Agrarlieferketten nicht immer in Gänze nachvollziehen; gleichzeitig steigt jedoch bei Verbraucherinnen und Verbrauchern der Wunsch nach nachhaltigen und fair produzierten Nahrungsmitteln. Verschiedene Organisationen, Institutionen und Vereine erleichtern es, beim Einkauf die richtige Entscheidung zu treffen. Fünf Beispiele:

SIEGELKLARHEIT

Gezielt informieren, bewusst einkaufen, nachhaltig handeln – so die Verpflichtung von Siegelklarheit. Im unübersichtlichen „Dschungel“ an Prüfzeichen, Label und eben Siegel bietet die Initiative der deutschen Bundesregierung Konsumentinnen und Konsumenten eine Unterstützung:

Welche Siegel sind glaubwürdig und können zu einer Kaufentscheidung beitragen? Ein umfangreiches Verzeichnis vereint gängige Label, beleuchtet deren Schwerpunkte und klopft sie auf Faktoren wie Glaubwürdigkeit, Umweltfreundlichkeit und Sozialverträglichkeit ab. Eine Grup-

perierung in Sparten wie etwa Lebensmittel, Wasch- und Reinigungsmittel oder auch Textilien sorgt für Übersichtlichkeit und verschafft zusätzliche Orientierung. Ob „Blauer Engel“, „Fairtrade“, „Demeter“ oder „Bio-Siegel“ – hier ist Klarheit garantiert.



Foto: © Johansen Krause



„Blauer Engel“ & Co. –
Welches Siegel steht wofür?

Foto: © ArchivRAL GmbH

Plastik verursacht Müll:
Vor allem beim Obst bietet
sich der Verzicht an.



NABU INFORMIERT

Der Naturschutzbund Deutschland (NABU) hält umfangreiche Informationen und Tipps für einen bewussten Einkauf bereit. Von der Obst- und Gemüseabteilung über die Frischetheke bis zur Kasse können Kundinnen und Kunden vieles zu einem nachhaltigen Einkauf beitragen. So macht der NABU darauf aufmerksam, dass etwa 500 Gramm Trauben in einer Plastikschaale nahezu

achtmal mehr Plastikabfall verursachen als im Knotenbeutel. Noch besser wäre es, auch auf diesen zu verzichten: Einzelne Äpfel oder Paprikas benötigen keine Tüte; „to go“-Angebote sind beim Obst zwar praktisch, sorgen aber ebenfalls für jede Menge vermeidbaren Verpackungsmüll.

Auch beim Fleischkauf empfiehlt der NABU Aufmerksamkeit: „Qualität und Tierschutz gibt es nicht zu Dumping-Preisen.“ Vor allem Bio-Label und Siegel, die die Gentechnik im Futter der Tiere ausschließen, sind dabei hilfreich. Es empfiehlt sich der Einkauf an der Bedientheke – und generell ein Konsum von tierischen Produkten in Maßen.

nabu.de



FORUM NACHHALTIGER KAKAO

Die Zielsetzung ist klar: Das Forum Nachhaltiger Kakao e.V. möchte zur Verbesserung der Lebensumstände der Kakaobauern und -bäuerinnen beitragen und sich gleichzeitig für deren gesicherten Lebensunterhalt einsetzen. Der Verein basiert auf einem Zusammenschluss zwischen dem Bundesministerium für wirtschaftliche Zusammenarbeit und Entwicklung (BMZ), dem Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft (BMEL), der deutschen Süßwarenindustrie, dem deutschen Lebensmittelhandel sowie der Zivilgesellschaft. Dabei steht die Zusammenarbeit mit den jeweiligen Regierungen kakaoproduzierender Länder im Mittelpunkt, um Nachhaltigkeitsstandards für zertifizierten Kakao zu erhöhen. Auf Fachmes-



sen wie der Internationalen Süßwarenmesse (ISM) oder der ANUGA ist das Forum regelmäßig präsent – (nicht nur) dort erhalten Interessierte Informationen über das Engagement des Forums aus erster Hand.

kakaoforum.de





Ein Besuch auf dem Bauernhof vermittelt spannende Einblicke!

INITIATIVE FÜR NACHHALTIGE AGRARLIEFERKETTEN

Entwicklung nachhaltiger Regionen, Unterstützung von Produzentinnen und Produzenten sowie mehr Transparenz beim Lieferprozess: Die Initiative für nachhaltige Agrarlieferketten (INA) sieht sich als offene Plattform und Experimentierfeld mit rund 70 Akteuren unter einem Dach.

Die Bekämpfung niedriger Löhne und Einkommen beim Anbau von Rohstoffen wie Kakao, Kaffee oder Bananen steht dabei im Fokus, hierfür schafft die INA Raum für Vertrauen und Austausch über einzelne Lieferketten hinweg. Gerade weil der Anbau wichtiger Agrarrohstoffe in kleinbäuerlichen Strukturen verläuft, stellen Armut, Kinderarbeit und überholte Anbaumethoden große Herausforderung dar. Erfolgsgeschichten aus unter anderem Äthiopien, Kolumbien, Westafrika und Ruanda lassen sich auf der Webseite der Initiative nachlesen – und spornen zum Umdenken an.

nachhaltige-agrarlieferketten.org

SCHULE FÜRS LEBEN

Wo kommen unsere Lebensmittel eigentlich her? Und welche Prozesse durchlaufen sie, bevor sie auf dem Teller landen? Das Projekt „Schule fürs Leben“ vom Bayerischen Bauernverband ermöglicht es Schülerinnen und Schülern, mehr Alltagskompetenz in den Bereichen Lebensmittel und Landwirtschaft zu erlangen. So informiert eine Vielzahl an Bauernhöfen im flächengrößten Bundesland junge Menschen über die vielfältigen Arbeiten in der Land- und Forstwirtschaft, über grüne Energie und den Schutz der Wälder. Schulklassen erhalten die Möglichkeit, die an den Projektwochen teilnehmenden Höfe zu besuchen; im Gegenzug kommen die Landwirte auch in die Schulen. Milch, Fleisch,

Getreide, Kartoffeln und Obst: Für die wissbegierigen Schülerinnen und Schüler gibt es einiges zu entdecken!

bayerischerbauernverband.de/Schule-fuers-Leben





Food-Trends

WAS KOMMT 2022 AUF DEN TELLER?

Was stellt man mit einer Yuzu an? Welche Gerichte werden in einer „Geisterküche“ zubereitet? Und was ist unter einem kalorienarmen Gyrosteller zu verstehen? Jahr für Jahr erreichen uns neue Ernährungstrends, landen kulinarische Neuheiten in den Supermarktregalen und halten Restaurants kreative Ideen für ihre Kundschaft bereit. Auf den folgenden Seiten warten aktuelle Food-Trends, spannende Gastro-Ideen und informative Bücher rund um eine gesunde und moderne Ernährung.

AB IN DIE KÜCHE!

Da hat sich einer von den Besten inspirieren lassen: Der renommierte Sternekoch Franz Keller („Adler Wirtschaft“ in Hattenheim/Rheingau) ging bei Legenden à la Jean Ducoux, Paul Bocuse oder auch Michel Guérard in die Lehre und gilt als geistiger Vater der „Neuen Deutsche Küche“. Den „Sterne-Zirkus“, wie er sagt, hat er mittlerweile jedoch hinter sich gelassen – zugunsten seiner Philosophie „Vom Ein-

fachen das Beste“. So nimmt Keller nicht nur die Rolle eines scharfen Kritikers an der Landwirtschaft- und Nahrungsmittelindustrie ein; er ergreift auch als Buchautor das Wort. In „Ab in die Küche! Wie wir die Kontrolle über unsere Ernährung zurückgewinnen“ stellt der Experte fest, dass die Bevölkerung längst bereit ist für eine Agrar- und Lebensmittelwende – Politik und Lobbyisten treten jedoch auf die Bremse. Dabei kann es so leicht sein, mit guten Rohstoffen und einfachen Mitteln gesunde und leckere Gerichte zu kreieren. Wie das funktioniert, hat Franz Keller in diesem Buch aufgeschrieben. Anekdoten aus seiner Zeit als Sternekoch runden das Werk ab.

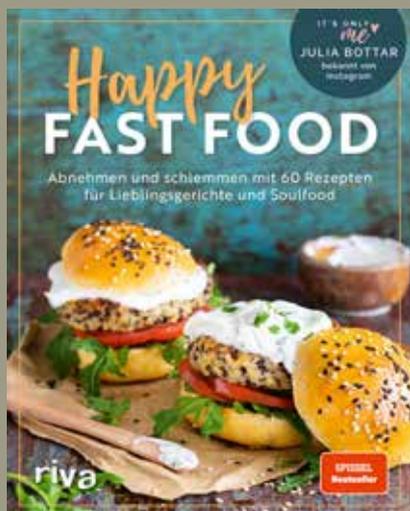
Franz Keller: Ab in die Küche!
Wie wir die Kontrolle über unsere
Ernährung zurückgewinnen.
Westend, 240 Seiten, 24,00 €





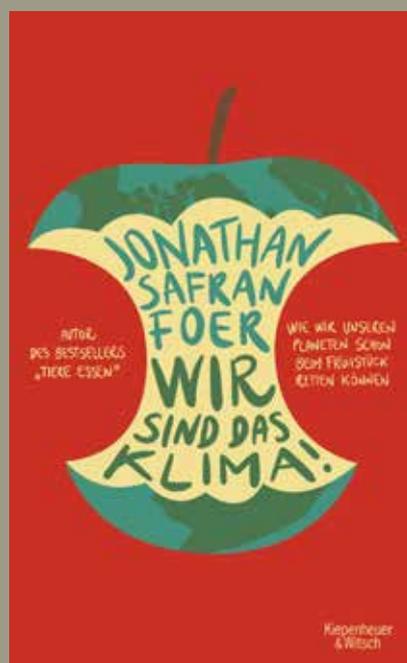
HAPPY FASTFOOD

Der komplette Titel des Buchs von Julia Bottar kommt etwas umfangreicher daher: „Happy Fast Food: Abnehmen und schlemmen mit 60 Rezepten für Lieblingsgerichte und Souffood. Gewicht verlieren und halten mit Pommes, Chips, Lasagne, Burger, Poke Bowl, Brownies und Apple Crumble“. Klingt ganz schön ambitioniert, bei all diesen Leckereien auch noch die Pfunde purzeln zu lassen. Und doch tritt die Autorin und Food-Bloggerin (@itsonlyme.julia!) auf 160 Seiten den Beweis an und verwandelt etwa Hauptspeisen wie Crispy Chicken Salad, Spaghetti Bolognese und einen Gyrosteller in kalorienarme, gesunde Varianten. Auch auf Snacks, Desserts und leckere Getränke müsse niemand bei einer Ernährungsumstellung verzichten – Karotten-Pommes, panierte Sellerie-Sticks, schokoladige Zucchini-Brownies und zuckerfreier Ketchup stellen erfolgversprechende Alternativen dar. Die ebenfalls im Buch aufgeführten Motivationstipps kommen zudem nicht von ungefähr: Julia Bottar hat einst 37 Kilo in 8 Monaten verloren.



Julia Bottar: Happy Fastfood: Abnehmen und schlemmen mit 60 Rezepten. Riva, 160 Seiten, 20,00 €

Jonathan Safran Foer: Wir sind das Klima! Wie wir unseren Planeten schon beim Frühstück retten können. Kiepenheuer & Witsch, 336 Seiten, 22,00 €



WIR SIND DAS KLIMA!

Mit seinem Bestseller „Tiere essen“ konnte Jonathan Safran Foer viele Leserinnen und Leser dazu bewegen, ihre Lebensmittelwahl zu überdenken oder gar sich fortan vegetarisch zu ernähren. Und wer es schafft, ein solch anspruchsvolles Thema leicht und verständlich zu vermitteln, macht auch vor der Herausforderung des Klimawandels nicht Halt. In „Wir sind das Klima!“ betont der US-amerikanische Schriftsteller Foer die Wichtigkeit des gemeinsamen Handelns, um sich diesem „größten Thema unserer Zeit“ anzunehmen. Und wie kann das gelingen? Nicht

ohne dass es einem der größten CO₂- und Methangas-Produzenten an den Kragen geht: der Massentierhaltung. Der Ansatz des Autors ist dabei nicht komplex, dafür jedoch effektiv: Nur maximal einmal täglich zur Hauptmahlzeit sollten tierische Produkte auf dem Teller landen. Jonathan Safran Foer argumentiert mal sachlich-überzeugend, mal persönlich – und zeigt gleichzeitig auch Verständnis für die menschliche Unzulänglichkeit.





GHOST KITCHEN

Was im ersten Moment gespenstisch klingt, hat sich spätestens im Zuge der Corona-Krise als echte Konstante der städtischen Nahversorgung erwiesen: Bei den sogenannten Ghost Kitchens handelt es sich um Restaurants, in denen ausschließlich gekocht wird und somit keinerlei Gäste Platz finden. Da der Delivery-Markt hart umkämpft ist, bieten die „Geisterküchen“ neben einer hohen Flexibilität beim Speisenangebot vor allem Kosteneinsparungen bei der Wahl des Standorts. Ohne Frage: Lieferdienste und Fahrradkuriere sind keine neue Erfindung im Food-Sektor. Die Alltagsgastronomie hat sich pandemiebedingt allerdings schneller gewandelt, als von Experten zuvor eingeschätzt – spezielle Liefer-Plattformen erleichtern sowohl Kunden als auch den Anbietern den Bestellprozess. Die ausschließlich zur Außer-Haus-Lieferung entstandenen Restaurants existieren lediglich als Marke, können jedoch viel flexibler als herkömmliche Häuser auf veränderte Rahmenbedingungen reagieren und so auch neue gastronomische Geschäftsfelder, etwa im Catering-Bereich, erschließen.

REAL OMNIVORES

Auch wenn sich dieser Trend mit „Echte Allesfresser“ übersetzen lässt, handelt es sich hier keinesfalls um Menschen, die blind allerlei Leckereien in sich hineinstopfen. Das Gegenteil ist der Fall: Real Omnivores achten bei ihrer Ernährung sehr genau darauf, ob es sich bei den gewählten Lebensmitteln um nachhaltige und regional produzierte Produkte handelt. Billig-Fleisch oder Fisch aus schlechter Zucht werden somit keinen Platz auf dem Speiseplan finden. Vielmehr haben Real Omnivores einen bewussten Blick für Neues: Grüne Wasserlinsen, Quallenchips und Insekten? Ja, all das kann durchaus auf dem Teller landen.



Foto: © Redzen - stock.adobe.com

VEGOURMETS

Die Ernährung auf rein pflanzlicher Basis ist in unserer Gesellschaft längst fest verankert, ist sie doch gesund und umweltfreundlich zugleich. Jene Tatsache macht sich in Restaurants weltweit bemerkbar, denn die in den Speisekarten aufgeführten Gerichte werden zusehends gemüsereicher. Doch müssen es nicht immer Klassiker wie Gemüseintöpfe oder vegane Currys sein. Das Food-Konzept „Vegourmet“ ist da der beste Beweis – hierbei handelt es sich um einen Neologismus, der die Begriffe „vegetarisch“/„vegan“ und „Gourmet“ verbindet. Daran kommt übrigens auch der renommierte Gastronomieführer Guide Michelin nicht vorbei: Im Jahr 2019 ging erstmals ein Michelin-Stern an ein veganes Restaurant, das Frankfurter „Seven Swans“. Da verwundert es auch kaum, dass entsprechende Expertinnen und Experten für vegane Speisen zusehends in der Gastronomie gefragt sind: Rote-Bete-Tatar, frittierte Waldpilze & Co. sind ganz klar auf dem Vormarsch!

Veganes Highlight für Feinschmecker: Rote-Bete-Tatar.

LOCAL EXOTICS

Auch bei diesem Food-Trend war und ist die Corona-Pandemie treibende Kraft, hat sie doch den Wunsch der Verbraucherinnen und Verbraucher nach regionalen und auch nachhaltigen Lebensmitteln verstärkt. Mehr als nur ein schöner Nebeneffekt: Viele Menschen haben damit begonnen, sich mit selbst angebautem Gemüse aus dem Garten zu versorgen. Dabei muss es sich nicht zwangsweise um Klassiker wie Möhren, Kartoffeln oder Salate handeln – wie es der Name bereits verrät, versuchen Local Exotics darüber hinaus, exotische Früchte wie etwa die Haskap-Beere regional zu kultivieren. Die Sehnsucht nach kulinarischen Entdeckungen im heimischen Garten stillen? Die lokalen Exoten machen es möglich.

Die Haskap-Beere befindet sich bei uns auf dem Vormarsch.



Grafik: © Maria - stock.adobe.com

Foto: © Татьяна Кремнистая - stock.adobe.com





YUZU

Möchte man den Food-Experten Glauben schenken, erobert die Yuzu im Jahr 2022 sowohl die Lebensmittelgeschäfte als auch Restaurants. Dabei handelt es sich um eine säuerliche Zitrusfrucht, die in Japan kultiviert wird und auch in China und Korea bereits ein Renner ist. Die mandarinengroße Yuzu wächst auf einem frostbeständigen Baum, wiegt circa 100 Gramm und gibt nur wenig Fruchtsaft ab – was diesen besonders wertvoll macht. Während die Frucht in Asien auch als Ge-

würz, für Tee oder erkältungshemmende Bäder zum Einsatz kommt, eignet sich ihr Saft auch für Salatdressings, saisonale Kuchen oder Marinaden. Der Abrieb der hocharomatischen Yuzu-Schale findet bei Gourmets ebenfalls Anklang.



MORINGA

Die „Moringa oleifera“ erfreut sich hierzulande einer stetig wachsenden Beliebtheit. Die aus Nordwestindien stammende Pflanze soll gar die nährstoffreichste weltweit sein – was sie zu einem echten Superfood macht! So finden sich in den Blüten der Pflanze die wertvollen Samen, die der Herstellung des gesunden Moringaöls dienen. Die Moringablätter wiederum verfügen über einen sehr hohen Anteil an Protein, Vitamin A und Kalzium und entfalten – wie auch die Wurzeln, Früchte und Samen – ihre Wirksamkeit als Pul-

ver oder als Tee. Auch Smoothies, Soßen und Backwaren lassen sich aus den Blättern kreieren.



HIBISKUS

Neben dem bekannten Hibiskustee (viel Vitamin C) dürfen sich Feinschmecker mittlerweile über viele weitere süß-säuerliche Leckereien aus der Pflanze freuen: Hibiskus-Fruchtaufstriche, -Joghurts und -Getränke liegen 2022 voll im Trend! Zwar sind sämtliche Teile der Pflanze essbar und vielseitig verwendbar – am verbreitetsten jedoch ist die Verwendung der Blütenkelche, zeichnen sich diese doch durch ihre aromatische Note aus. Auch bringt der Hibiskus jede Menge heilsame Wirkstoffe mit, die zum Beispiel bei Frühjahrsmüdigkeit den Stoffwechsel anregen und die Stimmungsaufhellung fördern. Bei Erkältungen entfaltet die rote Pflanze zudem dank schleimlösender Eigenschaft ihre ganze Power. Ein echter Alleskönner also!



REZEPT HIBISKUS-SIRUP

Zutaten für 500 Milliliter:

- 500 ml Wasser
- 300 g Zucker
- 20 g Hibiskusblüten (frisch oder getrocknet)
- 2 Pimentkörner
- 1 Scheibe Zitrone

Zur Verwendung bieten sich sowohl ganze als auch zerkleinerte Hibiskusblüten an; erstere eignen sich zudem als schicke Dekoration im Glas. Die Pimentkörner leicht quetschen und anschließend mit Wasser, Zucker und der Zitronenscheibe in einen Topf geben und fünf Minuten kochen. Danach vom Herd nehmen, die Hibiskusblüten hinzufügen

und mehrere Stunden abgedeckt ziehen lassen. Anschließend den Sud ohne Deckel erneut aufkochen und 10-15 Minuten sprudelnd köcheln lassen (länger köcheln lassen, wenn ein intensiverer Sirup gewünscht ist). Zuletzt den fertigen Sirup inklusive der Blüten in sterilisierte Gläser oder Flaschen (breite Öffnung) geben und verschließen. Werden zerkleinerte Blüten verwendet, diese zuvor durch ein Sieb filtern.



GOÄ-Tipp

Abrechnung im GKV- und GOÄ-Bereich ab 2022

ABRECHNUNGS-UPDATE: ELEKTRONISCHE PATIENTENAKTE

WEITERE GOÄ-TIPPS:
ihre-pvs.de/goae

Mit der Einführung der elektronischen Patientenakte vollzieht unser Gesundheitssystem einen weiteren Schritt der Digitalisierung. Ziel ist die Vernetzung der an einer Patientenbehandlung beteiligten Akteure des Gesundheitswesens. Die Nutzung ist für die Patienten freiwillig. Das SGB V gibt vor, dass an der vertragsärztlichen Versorgung teilnehmende Leistungserbringer die Verfügbarkeit der erforderlichen Komponenten und Dienste nachweisen müssen. Für nicht vertragsärztlich tätige Ärzte besteht im Umkehrschluss keine Verpflichtung zur Vorkhaltung der entsprechenden Infrastruktur.

Abrechnung im GKV-Bereich

Nachdem im Jahr 2021 für die Erstbefüllung im GKV-Bereich 10 Euro gezahlt (GOP 88270) wurden, gilt ab 01. Januar 2022 die GOP 01648, welche mit 89 Punkten (10,03 Euro) bewertet ist.

Für die folgenden ePA-Befüllungen aus dem aktuellen Behandlungskontext ist die GOP 01647 mit 15 Punkten (1,69 Euro) als Zusatzpauschale zur Grund-, Versicherten- und Konsiliarpauschale abrechenbar. Eine Berechnung der GOP 01647 neben der GOP 01648 ist im Behandlungsfall ausgeschlossen. Die Dateneingabe aus dem aktuellen Behandlungskontext ohne persönlichen Arzt-Patienten-Kontakt oder Videosprechstunde können mit der GOP 01431 mit 3 Punkten (0,34 Euro) berechnet werden. Details hierzu finden Sie auf den Seiten Ihrer KV.

Abrechnung im GOÄ-Bereich

Die Bundesärztekammer hat Abrechnungsempfehlungen zur Befüllung der elektronischen Patienten- oder Gesundheitsakte herausgegeben. Demnach kann für die Erstbefüllung die GOÄ-Nr. 75 analog berechnet werden. Dies sind im 2,3-fa-

chen Satz 17,43 Euro. Für die weiteren Befüllungen wird die GOÄ-Nr. 70 analog empfohlen. Dies sind im 2,3-fachen Satz 5,36 Euro. Grundsätzlich wird der individuelle Aufwand einer Leistung nach §5 GOÄ über den Gebührenrahmen abgebildet.

	EBM	GOÄ
Erstbefüllung	GOP 01648 89 Punkte 10,03 Euro	GOÄ-Nr. 75 analog 2,3-fach 17,43 Euro
weitere Befüllung	oder GOP 01647 15 Punkte 1,69 Euro	GOÄ-Nr. 70 analog 2,3-fach 5,36 analog

1. www.bundesaerztekammer.de/fileadmin/user_upload/downloads/pdf-Ordner/GOAE/2021-12-16_Befuellung_der_elektronischen_Patienten-_oder_Gesundheitsakte.pdf
2. www.institut-ba.de/ba/babeschluesse/2021-12-15_ba578_4.pdf
3. www.institut-ba.de/ba/babeschluesse/2021-02-17_eba69_eeg.pdf

DR. MED. MARKUS MOLITOR

MBA, M.D.R.A. | Arzt und Zahnarzt
Leiter Gebührenreferat
und PVS forum
mmolitor@ihre-pvs.de



GESETZESÄNDERUNG

BEI VERSICHERUNGSVERTRÄGEN AB DEM 1. OKTOBER 2021: **PATIENTEN* DÜRFEN ERSTATTUNGSANSPRÜCHE GEGEN VERSICHERER ABTRETEN**

Am 1. Oktober 2021 ist das Gesetz für faire Verbraucherverträge mit einer interessanten Neuerung in Kraft getreten. Dieses Gesetz soll die Position von Verbrauchern gegenüber Unternehmen beim Vertragsschluss und bei den Vertragsinhalten verbessern. Dafür sieht es unter anderem Änderungen im Recht der Allgemeinen Vertragsbedingungen vor, das im Bürgerlichen Gesetzbuch (BGB) normiert ist.

Bisher war es Patienten nicht gestattet, ihre Erstattungsansprüche gegen ihre private Krankenversicherung an Dritte abzutreten. Ein solches Abtretungsverbot sahen die Musterbedingungen 2009 Krankheitskosten- und Krankenhaustagegeldversicherung (MB/KK) vor. Bei diesen Musterbedingungen handelt es sich zwar zunächst nur um Empfehlungen des Verbandes der privaten Krankenversicherung e. V. (PKV-Verband) für seine Mitglieder, jedoch haben diese die Empfehlungen weitgehend in ihre Allgemeinen Versicherungsbedingungen (AVB) aufgenommen. Das Abtretungsverbot galt bisher gleichermaßen für Standard-, Basis- und Notlagentarif sowie für die Private Pflegepflichtversicherung.

In der aktuellen Fassung von § 6 Abs. 6 MB/KK heißt es:

Ansprüche auf Versicherungsleistungen können weder abgetreten noch gepfändet werden. Das Abtretungsverbot nach Satz 1 gilt nicht für ab dem 01.10.2021 abgeschlossene Verträge; gesetzliche Abtretungsverbote bleiben unberührt.

Damit weist die aktuelle Fassung der MB/KK bereits auf die neue Rechtslage hin, die seit dem 1. Oktober 2021 besteht: Nach § 308 Nr. 9a BGB ist in Allgemeinen Geschäftsbedingungen ein Abtretungsausschluss insbesondere bei einem auf Geld gerichteten Anspruch des Vertragspartners unwirksam. Der Patient hat gegenüber seiner privaten Krankenversicherung einen pekuniären Anspruch, da das Kostenerstattungsprinzip und nicht das Sachkostenprinzip gilt, sodass nach aktueller Rechtslage ein Abtretungsverbot in den AVB unwirksam ist. Das bedeutet, dass der Patient die gegenüber seiner Versicherung bestehenden Ansprüche grundsätzlich an Dritte (z. B. an seinen Arzt oder an ein Inkassounternehmen) abtreten kann. Allerdings gilt dies nicht rückwirkend und damit nicht für Versicherungsverträge, die der Patient schon vor dem 1. Oktober 2021 abgeschlossen hat.

Laut Referentenentwurf soll das Gesetz für faire Verbraucherverträge Vertragsklauseln in AGB entgegenwirken, welche „die Nutzung von Marktchancen durch die Verbraucherinnen und Verbraucher oder die Abtretung ihrer Ansprüche zwecks Geltendmachung durch Dritte unverhältnismäßig erschweren.“

Wenig überraschend hat sich der PKV-Verband in seiner Stellungnahme zum Gesetzesentwurf ablehnend gegenüber der Aufhebung des Abtretungsverbots in AVB geäußert: Die Regelung, so der PKV-Verband, werde den Besonderheiten der Kranken- und Pflegeversicherung als Personenversicherung nicht gerecht. Es liege im Interesse der Versicherten wie der Versicherungsunternehmen, im Leistungsfall das Vertragsverhältnis nicht mit einem Dritten abwickeln zu müssen. Dieses Interesse sei auf eine sachgerechte Überprüfung des Versicherungsfalles und eine möglichst einfache Leistungsabrechnung gerichtet. Die Abwicklung des Falls habe unter Einbeziehung des Versicherungsnehmers zu erfolgen, z. B. zum Zweck der medizinischen Begutachtung oder bei persönlichen Auskünften. Das Verhältnis bei der Erstattung von medizinischen Leistungen sei von einem besonderen, dauerhaften und sensiblen Vertrauensverhältnis unter den Beteiligten geprägt, welches durch ein Eingreifen eines rein am kommerziellen Inkasso ausgerichteten Dritten nachhaltig gestört würde. Zudem werde übersehen, dass sich der Versicherte durch die Abtretung an Dritte für den Fall einer gerichtlichen Auseinandersetzung allein aus prozess-taktischen Gründen eine Zeugenstellung verschaffen könne.

Aus Sicht des PKV-Verbandes kann man die Einwände zumindest zum Teil nachvollziehen, wir sehen dies allerdings anders. Zum einen ist schon zweifelhaft, ob nicht eine Rechtsstreitigkeit, die zwischen Patient und Versicherung direkt geführt wird, eher geeignet ist, zu einer weiteren Belastung der Vertrauensbeziehung zwischen Versicherung und Patient





oder auch zwischen Arzt und Patient zu führen. Wenn der Patient dagegen seine Forderungen an einen Dritten abtritt, ist er prozessual aus der „Schusslinie“. Außerdem scheut der Patient womöglich einen Prozess gegen einen großen Versicherungskonzern, sodass das Prinzip der Waffengleichheit auch für eine Abtretungsmöglichkeit spricht.

Des Weiteren ist Privaten Krankenversicherungen bereits ein scharfes Schwert an die Hand gegeben: Das Versicherungsvertragsgesetz (VVG) sieht vor, dass Rückforderungsansprüche gegen einen Arzt vom Versicherten auf die Versicherung übergehen, sofern die Versi-

cherung geleistet hat. Damit hat es die Krankenversicherung durch Zahlung allein in der Hand, Forderungsinhaberin kraft Gesetzes gegen den Arzt zu werden. Dem Arzt war es zuvor aber nicht möglich, seine Forderung gegen die Versicherung geltend zu machen. Der Arzt war bisher immer gezwungen, sich an seinen Vertragspartner (i.d.R. an den Patienten) zu wenden, andererseits drohte ihm, dass die Versicherung ihn als Nichtvertragspartner in der oben geschilderten Konstellation in Anspruch nahm. Daher war das Dreiecksverhältnis zwischen Arzt, Patient und Versicherung rechtlich bisher etwas asymmetrisch, sodass wir die Korrektur dieser bisherigen Schieflage

durch das Gesetz für faire Verbraucherverträge begrüßen. Die Abtretung birgt jedoch auch Risiken. Zum Beispiel besteht die Gefahr, dass ein Arzt, der sich Forderungen vom Patienten abtreten lässt, zwar Forderungsinhaber wird, aber ggf. nicht mehr die Möglichkeit hat, den Patienten erneut in Anspruch zu nehmen, wenn die Forderung gegenüber der Versicherung - aus welchem Grund auch immer - nicht realisiert werden kann. Vor diesem Hintergrund raten wir zu äußerster Vorsicht im Umgang mit der neuen Abtretungsmöglichkeit, von der zurückhaltend und nur nach eingehender juristischer Beratung Gebrauch gemacht werden sollte. ●

* Aufgrund der besseren Lesbarkeit wird im Text das generische Maskulinum verwendet. Gemeint sind jedoch immer alle Geschlechter.

TOBIAS KRAFT

Rechtsanwalt
Rechtsabteilung PVS holding
Tel. 0208 4847-194
tkraft@ihre-pvs.de



Alternative Proteinquelle und mehr

INSEKTEN

EIN NACHHALTIGER GENUSS?

Essbare Insekten, das klingt für viele Menschen gewöhnungsbedürftig bis abschreckend. Allerdings liefern Speisen auf Basis von Käfern, Mehlwürmern und Raupen eine reichhaltige Quelle an Omega-3-Fettsäuren, B-Vitaminen und allerlei wichtigen Mineralstoffen. Dem Proteingehalt von Rind-, Schweine- und Putenfleisch stehen sie zudem in nichts nach. Dass dies nicht nur für den Menschen, sondern auch dessen vierbeinige Freunde gilt, stellt ein Start-up-Unternehmen aus dem brandenburgischen Nuthetal unter Beweis. Mit Insekten als Herzstück von Hundennahrung fördert es die Nachhaltigkeit sowie Tiergesundheit – und bringt so auch dem Menschen die Thematik näher.





Foto: © Tenetrio

Hundefutter auf Insektenbasis: Die Ökobilanz des Produkts kann sich sehen lassen.

Pasta auf Basis von Buffalowürmern? Marinierte Heuschrecken? Und Mehlwürmer als krosse Salatbeilage? Längst haben insektenbasierte Nahrungsmittel auch die hiesigen Restaurants und Supermarktregale erreicht; Burger-Patties, Insektenbrot und allerlei Knabberartikel befinden sich auf dem Vormarsch. Was bei nicht wenigen Menschen in unseren Breitengraden allerdings noch Ekelgefühle und Assoziationen mit fragwürdigen TV-Formaten hervorruft, lässt in anderen Teilen der Welt niemanden mehr sonderlich aufhorchen. Heuschrecken, Grillen, Zikaden und Co. landen etwa in Asien, Afrika und Lateinamerika regelmäßig auf dem Speiseplan – laut der Ernährungs- und Landwirtschaftsorganisation der Vereinten Nationen ernähren sich weltweit rund zwei Milliarden Menschen von Insekten. Weshalb es sich lohnt, diesem Trend eine Chance zu geben, belegen folgende Fakten: Viele der Tiere liefern hochwertiges Protein und Nährstoffe und stellen somit beispielsweise eine alternative Eiweißquelle für Menschen dar, die ihren Fleisch- und Fischkonsum reduzieren möchten. Auch Ballast- und Mikronährstoffe wie Eisen, Magnesium, Zink und Selen machen die Krabbler zu einem echten Allrounder!

Tatsächlich gelten rund um den Globus 2.111 Insektenarten als essbar, eine Tatsache, die auch den Blick auf die Ökobilanz der Herstellung interessant macht: Während weltweit 14,5 Prozent aller Treibhausgasemissionen aus der Tierhaltung und -verarbeitung resultieren und der stetig steigende Fleischkonsum die Erderwärmung erheblich fördert, ist bei der Erzeugung und Haltung von Insekten ein bemerkenswert geringerer Energiebedarf zu verzeichnen. Weder produzieren Käfer oder Würmer klimaschädliches Methan, noch nehmen sie große Weideflächen in Anspruch. Zur Erzeugung von einem Kilogramm Insekten, so weiß man heute, sind zwei Kilogramm Futter notwendig – allein bei einem einzigen Rind sind es dagegen ganze acht. Noch deutlicher wird es beim Wasserverbrauch, benötigt die Viehzucht hier doch im Vergleich die 15.000-fache Menge.

Aus anfänglicher Distanz wird Überzeugung

Auch Ina Henkel, Katrin Figueroa und Sabrina Jaap sind überzeugt von der Kraft der Insekten. Nachdem sie für ihr Startup namens Tenetrio vor rund fünf Jahren



Sabrina Jaap, Katrin Figueroa und Ina Henkel haben Tenetrio ins Leben gerufen.

Foto: © Darius Ramazani Photography



Foto: © Tenetrio

ein Stipendium erhielten, nahm das Projekt an Fahrt auf. Denn auch die Zielgruppe der drei Gründerinnen benötigt jede Menge Proteine, gesunde Fette, Vitamine und Mineralstoffe: Das Trio setzt auf innovative, insektenbasierte Hundenernährung. Sabrina Jaap blickt zurück: „Meine beiden Gründungspartnerinnen haben in Potsdam Ernährungswissenschaften studiert, weshalb es sie zu Forschungszwecken auch nach Asien und Afrika führte. Dort kommt man früher oder später an essbaren Insekten nicht mehr vorbei, denn auf den Märkten und in den Restaurants sind sie allgegenwärtig. Nicht zuletzt unter Berücksichtigung des Nachhaltigkeitsaspektes entstand der Gedanke, die Thematik als Forschungsprojekt mit »nach Hause« zu bringen.“ Aus einer kleinen Test-Zuchtstation entwickelte sich schon bald die Idee der Start-up-Gründung; Sabrina Jaap stieß mit ihrer wirtschaftswissenschaftlichen

Expertise für Marketing und Vertrieb dazu, nicht ohne eine anfängliche Distanz: „Ich fand die Idee zu Beginn recht abstrus“, erinnert sie sich schmunzelnd. „Ich habe mich jedoch schnell in die Materie eingeleesen, sodass mein Interesse schon bald geweckt war.“

Für den Einsatz von Insekten bieten sich grob vier große Bereiche an: Heimtierernährung, Nutztierernährung, Humanernährung und gegebenenfalls auch Kosmetik. Ina Henkel, Katrin Figueroa und Sabrina Jaap erkannten vor allem in ersterem Bereich ein großes Potential, weshalb im Jahr 2017 mehrere Besuche diverser Heimtiermessen auf dem Programm standen, um erste Produkt-Prototypen vorzustellen. Das äußerst positive Feedback bewog die drei Partnerinnen dazu, den wichtigen Schritt zur Gründung einer eigenen Firma zu wagen. Unter der Marke Tenetrio entwickelten

sie fortan Produkte für den Hund. Sabrina Jaap weiß: „Wir möchten die Besitzerinnen und Besitzer der Tiere dafür sensibilisieren, wie bekömmlich und gut verträglich die insektenbasierte Nahrung für die Vierbeiner ist. Denn der Markt für Hundefutter forciert stark das Thema »Fleisch«, viele Halterinnen und Halter können sich davon nicht trennen, da wird dann etwa die Abstammung vom Wolf angeführt.“ Da es sich beim Hund jedoch um ein omnivores Lebewesen handelt, muss er seine benötigten Proteine nicht zwangsläufig vom Rind erhalten. Sabrina Jaap sieht im Einsatz von Insekten daher einen guten Mittelweg: „Wir verwenden keine aus Massentierhaltung stammenden Säugetiere, wo präventiv Antibiotika zur Gesundheitserhaltung der Zucht gegeben werden. Ernährungsphysiologisch gelten Insektenproteine als gleichwertig – und das deutlich ressourcenschonender.“ Der Blick auf die In-

haltsstoffe gibt der Expertin recht: 100 g frische Mehlwürmer enthalten 27 g Protein, beim Rindfleisch sind es 26 g.

Viele Mikronährstoffe, Vitamine und Mineralstoffe

Und so basieren die Produkte von Tene-trio auf eben genau diesen Insekten: Mehlwürmern. Diese versorgen den Hund mit vielen Mikronährstoffen, Vitaminen (Biotin), essentiellen Fettsäuren und Mineralstoffen wie etwa Magnesium. Jene Vitalstoffe sind mitunter wichtig, um eine gesunde Haut und glänzendes Fell zu fördern. Auch machen die Unternehmerinnen auf das geringe Allergiepotential des Hundefutters aufmerksam: Sowohl für Welpen als auch erwachsene Hunde wird Trocken- und Nassfutter mit ausgewählten und glutenfreien Zutaten angeboten.

„Unser Anspruch ist es, mit unseren Produkten gleichzeitig Funktionalität anzubieten“, verdeutlicht Sabrina Jaap. „Leckerlies mit Gelenk-Komplex oder Produkte mit Minze und Papaya für die Mundgesundheit gehören daher zum Repertoire.“ Zusatzstoffe, Zucker und chemische Geschmacksverstärker landen nicht auf der Zutatenliste, finden sich doch ernährungsbezogene Krankheiten wie Diabetes und Adipositas auch im Hundebereich wieder.

Nicht nur diese Parallelen zeigen auf, dass Insekten eine gesunde und zugleich klimafreundliche Lebensmittel-Alternative für Tier und Mensch darstellen können. Es existieren Heuschrecken, die Rind- oder Hühnerfleisch beim Eiweißgehalt um mehr als das Doppelte übertreffen; Nüsse, Hülsenfrüchte und Getreide ziehen in Sachen Proteinreichtum gegenüber Insekten

gar den Kürzeren. Wenn sich dann noch dank geringerem Fleischkonsum CO₂-Emissionen sowie die Massentierhaltung eindämmen lassen, sollte essbaren Insekten als innovatives und nachhaltiges Nahrungsmittel durchaus Aufgeschlossenheit entgegengebracht werden. „Das“, so räumt Sabrina Jaap ein, „wird sicher noch eine Weile dauern. Daher ist Aufklärungsarbeit auch so immens wichtig.“

RT ●

tenetrio.de



Das Futter versorgt den Hund mit vielen Mikronährstoffen, Vitaminen, essentiellen Fettsäuren und Mineralstoffen.



Foto: © Tenetrio



Unter der Marke Tenetrio vertreibt das deutsche Start-up EntoNative GmbH insektenbasiertes Hundefutter. Als Ausgründung der Universität Potsdam hat das Unternehmen das wissenschaftliche Know-how rund um den Einsatz von Insekten in der Ernährung von Tieren. Die Produktphilosophie von Tenetrio verfolgt einen klaren Ansatz: so wenige Zutaten wie möglich, so viele wie nötig. Die Produkte kommen ohne Zuckerzusätze, Gluten, Farbstoffe und Geschmacksverstärker aus. Die enthaltenen Zutaten sind transparent deklariert, sodass Frauchen bzw. Herrchen ganz genau wissen, was sie ihren Hunden füttern.

WAS KANN DAS HÜHNEREI?

Ob als hartgekochter Klassiker, beim Backen oder in Salatsaucen: Das Ei ist als biologisch hochwertiges Lebensmittel vielseitig einsetzbar. Zudem finden sich allerlei Nährstoffe und lebenswichtige Eiweißbausteine konzentriert in dem leicht verdaulichen Hühnerprodukt. Doch wie setzt sich der leckere Alleskönner eigentlich genau zusammen? Was steckt hinter der umfangreichen Kennzeichnung der Eier im Supermarkt? Und legen wirklich nur braune Hennen braune Eier? Ein Blick hinter die Schale.

Aufbau und Zusammensetzung: Zu Beginn die Fakten: Das Hühner-Ei setzt sich aus 58 % Eiklar, 32 % Dotter und 10 % Eierschale zusammen. Das Eiklar wiederum besteht größtenteils aus Wasser – der Eiweißanteil beträgt gerade mal 10 %. Bei der Schale lassen sich 93 % Kalziumkarbonat feststellen; hinzu kommen Magnesiumphosphat (1,1 %), Kalziumphosphat (1 %), Wasser (1,6 %), Eiweißstoffe (3,3 %) sowie ein minimaler Fettanteil. Rund 350 Gramm Kalzium benötigt eine Henne jährlich zur Produktion der Schale. Diese besitzt eine Dicke zwischen 0,2 und 0,4 mm und besteht aus drei Schichten: Neben dem Oberhäutchen (Cuticula) und der eigentlichen Schale (auch Kristallschicht genannt) ist noch die Eierschalenmembran zu nennen. Diese umschließt die komplette Innenfläche des Eis, fungiert so als Filter und schützt vor mikrobiellen Angriffen.

Und auch das Ei-Innere weist mehrere Schichten auf: Das Eiklar besteht aus einer dünnflüssigen Außenschicht, der mittleren, leicht zähflüssigen Schicht, einer erneut dünnflüssigen inneren

Schicht sowie jener, die das Dotter umgibt. Letzteres – auch als Eigelb bezeichnet – weist eine hohe Nährstoffdichte auf und setzt sich unter anderem aus Fettsäuren wie Ölsäure, Palmitinsäure, Linolsäure, Stearinsäure und Cholesterin zusammen. Die gelbe Färbung des Dotters ist auf fettlösliche Carotinoide zurückzuführen, die über die Nahrung aufgenommen werden.

Was verrät die Kennzeichnung?

Seit dem Jahr 2004 besteht in der gesamten EU eine Kennzeichnungspflicht für das Hühner-Ei. Der aufgestempelte Erzeugercode vermittelt dem Verbraucher Informationen über Haltungssystem, Herkunft und Betrieb. Diese Kennzeichnung setzt sich aus einem stets einheitlichen Erzeugercode zusammen: Nach der Kennung des Haltungssystems (1 Ziffer) folgt jene für den Mitgliedsstaat (2 Buchstaben). Die weitere Kennung gibt Auskunft über die Identifikationsnummer des Erzeugerbetriebs –

1 EIGELB (19 g)

Kalorien	67 kcal
Eiweiß	3,1 g
Kohlenhydrate	0,1 g
Fett	6,1 g
Cholesterin	239 mg
Omega-3-Fette	0,09 g
Natrium	10 mg
Kalium	26 mg
Calcium	27 µg
Phosphor	112 mg
Magnesium	3 mg
Eisen	1,3 mg
Vitamin A	168 µg
Vitamin E	1,2 mg
Vitamin B1	0,06 mg
Vitamin B6	0,06 mg
Vitamin B12	0,38 µg
Folsäure	31 µg
Vitamin C	0 mg
Vitamin D	0,55 µg

hierzulande handelt es sich dabei um die Kennnummer des Bundeslandes (2 Stellen), eine Betriebsnummer (4 Stellen) sowie die Stallnummer (1 Stelle). Besonders der Code für das Haltungssystem ist bei Verbrauchern von großem Interesse. Ist dort eine

0 ausgewiesen, handelt es sich um Eier aus ökologischer Erzeugung, was etwa eine Belegdichte von maximal 6 Legehennen pro Quadratmeter im Stall garantiert. Die Ziffer 1 steht für eine Freilandhaltung – neben dem Stall erhält jedes Huhn auf mindestens vier Quadratmetern Fläche zusätzlichen Auslauf im Freien. Stammen die Eier aus einer Bodenhaltung, beginnt der Kennzeichnungscode mit der Ziffer 2. Bei dieser Haltungsform gelten definierte Anforderungen an die Stalleinrichtung und -fläche. Die Ziffer 3 weist eine Käfighaltung auf; diese ist seit dem Jahr 2009 in Deutschland verboten. Allerdings müssen auch Eier, die hierzulande in Kleingruppenhaltung erzeugt werden, mit einer 3 gekennzeichnet werden.

Nährwerte des Hühnereis

Diese Zahl weiß zu beeindrucken: Mehr als 200 Eier werden jährlich in Deutschland pro Person konsumiert, verarbeitet etwa in Kuchen, Gebäck, Mayonnaise, Nudeln und Desserts. Das klassische Frühstücks- oder Spiegelei macht gerade einmal ein Drittel des gesamten Konsums aus. Was die Nährstoffe betrifft, stellt das Hühnerei ein echtes Powerfood dar – vor allem der Dotter hat es in sich. So finden sich fast alle wichtigen Vitamine im Ei; bereits 38 % des täglichen Vitamin B-Bedarfs werden beim Verzehr gedeckt. Wieviel Nährstoffgehalt ein Ei besitzt, hängt übrigens mit dem Futter des Huhns zusammen. Hier spielt eine ausgewogene Ernährung aus Samen, Körnern, frischen Pflanzen sowie Insekten und Würmern eine wichtige Rolle.

Mit Blick auf die Kalorien sind folgende Daten zu nennen: Ein mittelgroßes Hühnerei wiegt rund 60 g und besitzt etwa 92 kcal. Während das Eiweiß 34,8 % der Kalorien ausmacht, entfallen 63,8 % auf das Fett des Eis. Und selbst in der Schale finden sich Substanzen, die den Knorpeln und Knochen des Menschen zugute kommen. Sogenanntes Eierschalenmembranpulver enthält neben Vitamin C und Vitamin D auch Kollagen, Glucosamin, Chondroitin sowie Hyaluronsäure und hilft beispielsweise auf natürliche Weise bei Arthrose.

Allerlei Wissenswertes

Neben der Haltungsform und Herkunft unterscheiden sich Eier auch in ihrer Güteklasse. Im Einzelhandel sind Eier der Güteklasse A zu erwerben und somit für den privaten Haushalt bestimmt. Erhältlich sind sie in den Größen S, M, L und XL. Eier der Güteklasse B hingegen werden ausschließlich industriell verarbeitet. In Sachen Haltbarkeit gilt, dass das Mindesthaltbarkeitsdatum 28 Tage nach dem Legen nicht überschreiten darf. Nach dem 18. Tag müssen Eier zudem im Handel bei einer Temperatur von 5 bis 8 °C gekühlt werden. Der letzte Verkaufstag nach dem Legen ist der 21. Tag. Handelt es sich um Eier der Güteklasse B, ersetzt ein Verpackungsdatum das Mindesthaltbarkeitsdatum.

Eine Frage, die stets zur Diskussion steht, ist die nach dem Cholesterin-Risiko. Tatsächlich sind Eier äußerst reich an Cholesterin – 100 Gramm Ei enthalten circa 470 Milligramm des fettartigen Naturstoffs. Das bedeutet, dass dem Körper beim Verzehr eines Eis rund 280 Milligramm Cholesterin zugeführt werden. Mediziner betonen jedoch, dass die Cholesterinaufnahme in erster Linie von der gesamten Ernährung abhängt und nicht allein von einem einzigen Nahrungsmittel. Zudem erfolge die Regulation des Cholesterin-Spiegels vordergründig durch die Leber.

Und wofür steht die Farbe des Eis?

Nun noch eine brennende Frage zum Schluss: Was hat es mit den unterschiedlichen Eierschalenfarben auf sich? Tatsächlich ist dies genetisch festgelegt. Ob ein Huhn weiße, braune oder auch grünliche Eier legt, hängt mit der Einlagerung von Farbpigmenten in der Kalkschale zusammen. Diese vorbestimmten Pigmente lassen sich an der jeweiligen Farbe der Ohrscheibe einer Henne ablesen. Ist dieser Hautlappen unter dem Ohr weiß, legt das Tier weiße Eier. Ist er rot, werden es braune Eier. Sogenannte Araukaner-Hühner gelten als die einzigen wirklichen „Grünleger“. Sie besitzen zudem verschiedenfarbige Ohrklappen. Somit wäre auch der Mythos entzaubert, dass ausschließlich weiße Hennen weiße, und braune Hennen braune Eier legen.

RT ●

1 EIKLAR (33 g)

Kalorien	16 kcal
Eiweiß	3,7 g
Kohlenhydrate	0,2 mg
Fett	0 g
Cholesterin	0 mg
Omega-3-Fette	-
Natrium	56 mg
Kalium	50,8 mg
Calcium	3,6 µg
Phosphor	7 mg
Magnesium	4 mg
Eisen	0,1 mg
Vitamin A	Spuren
Vitamin E	Spuren
Vitamin B1	0,01 mg
Vitamin B6	Spuren
Vitamin B12	0,03 µg
Folsäure	3 µg
Vitamin C	0 mg
Vitamin D	0 µg

„DIE WARNSIGNALE SIND ÄUSSERST VIELSCHICHTIG“

Wenn sich aus dem harmlosen Wunsch, ein paar Kilos zu verlieren, schrittweise ein krankhaftes Muster entwickelt, spielen in den meisten Fällen gleich mehrere Faktoren eine Rolle. Ob Magersucht, Bulimie oder aber auch das exzessive Binge-Eating – Essstörungen sind eine ernstzunehmende Erkrankung, deren Ursachen sich in einer Therapie bearbeiten lassen. Vera Baumer ist Diätassistentin sowie zertifizierte Diät- und Ernährungsberaterin VFED/VDD und hat die therapeutische Leitung bei TheraTeam München inne. Sie weiß: Jeder Mensch ist und isst anders.



Der Sammelbegriff „Essstörung“ vereint ganz unterschiedliche Krankheitsbilder: Mit welchen Problemen suchen Betroffene Sie auf?

Vera Baumer: Grundsätzlich wenden sich Menschen mit jeglicher Form einer Essstörung an uns, mit klaren Diagnosen wie etwa die klassische Magersucht, eine Binge-Eating-Störung oder Bulimie. Es existieren jedoch auch atypische Essstörungen, bei denen sich verschiedene Symptomatiken mischen. Im ambulanten Bereich betreuen wir zudem Menschen, bei denen mitunter noch keine finale Diagnose vorliegt, die aber bereits merken, dass die tägliche Nahrungsaufnahme Probleme verursacht. Auch (erhebliche) Gewichtsveränderungen können der Grund für eine Kontaktaufnahme sein.

Lassen sich Signale ausmachen, ab wann tatsächlich von einer Krankheit die Rede ist?

Es existieren klare Kriterien, die einer Diagnose – etwa im Falle einer Anorexia nervosa – zugrunde liegen. Probleme beim Essen entwickeln sich allerdings meist schleichend. Das beginnt vielleicht mit dem Wunsch, zwei bis drei Kilo abzunehmen, man verzichtet eine Zeit lang auf das Abendessen, und vom Umfeld gibt es für die Gewichtsabnahme ein tolles Feedback. Betroffene berichten häufig, dass sie dann jedoch den richtigen Zeitpunkt verpasst haben, ihre Diät zu beenden – und sich das veränderte Essverhalten verselbstständigte.

Wie gehen Sie da im Beratungsgespräch vor? Was ist bei der Ursachenforschung zu beachten?

Eine Essstörung ist immer ein multifaktorielles Geschehen – es existiert nie nur die eine Erklärung, weshalb sich solch eine Erkrankung entwickelt. Da können biologische Faktoren eine Rolle spielen, wie die Genetik oder die Hormone. Auch familiäre Aspekte können einen Grund sein: Welche Vorbilder existieren? Was für Erwartungen stehen im Raum? Was leben die Eltern mit ihrem Essverhalten vor? Die Kommunikation in der Familie, etwa bei

Die zertifizierte Diät- und Ernährungsberaterin Vera Baumer ergründet die vielen verschiedenen Faktoren für eine Essstörung.



Foto: © Fotostudio SAUTER

Konflikten. Hinzu kommen soziokulturelle Faktoren: Wie ist mit den Erwartungen der Gesellschaft oder von Gleichaltrigen umzugehen? Welche Schönheitsideale existieren? All das spielt bei der Entwicklung einer Essstörung mit hinein, so dass sich die Ursachenforschung sehr anspruchsvoll gestaltet.

Social Media, Castingshows und die Werbung tun ein Übriges. Wie ist dieser permanente Vergleich mit teils unrealistischen Bildern einzuordnen?

Essstörungen entstehen im Schwerpunkt im jugendlichen Alter – ohnehin eine Zeit der Selbstfindung, verbunden mit körperlichen Unsicherheiten. Die Medien verstärken hier, was im Menschen bereits angelegt ist. Der Schönheitskult, der auf Plattformen wie Instagram betrieben wird, ist daher äußerst kritisch zu betrachten. Die Bilder von Personen, die dort ihren Körper, ihr Workout und sämtliche Mahlzeiten präsentieren, prasseln auf die jungen Konsumentinnen und Konsumenten ein. Dass diese Fotos, bevor sie gepostet werden, durch unzählige Filter laufen, unterstreicht deren unrealistische Eigenschaft. Das ist den Followern aber

oft nicht bewusst. Wenn die Gedanken eines 13-jährigen Mädchens dann ohnehin schon permanent um den Körper und das eigene Gewicht kreisen, kann eine gefährliche Dynamik entstehen.

Ab wann lassen sich für das engere Umfeld Anzeichen für eine Essstörung ausmachen?

Wenn Familienangehörige oder Freunde, die regelmäßig mit der betroffenen Person zu tun haben, veränderte Wesenszüge oder Verhaltensweisen feststellen, ist das oft ein ernstzunehmendes Warnsignal. Das können seelische Veränderungen sein, etwa ein dünnhäutiges oder gereiztes Verhalten. Auch eine merkliche Traurigkeit, Antriebs- oder Freudlosigkeit im alltäglichen Leben können dazu zählen. Dies kann mit einem sozialen Rückzug einhergehen, so dass Freunde oder Hobbys vernachlässigt werden. Auf der anderen Seite gibt es die körperliche Ebene: Da verliert jemand sehr schnell an Gewicht oder verschwindet bei einem bulimischen Verhalten nach jeder Mahlzeit sofort im Bad. Andere wiederum versuchen den Gewichtsverlust zu kaschieren, indem sie plötzlich viel weitere Pullover tragen. Die Warnsignale sind äußerst vielschichtig.

Was können da Kritik und „gut gemeinte“ Ratschläge auslösen?

Idealerweise suchen Angehörige oder Freunde das Gespräch, erkundigen sich nach dem Wohlbefinden, teilen ihre Beobachtungen mit, signalisieren, dass sie sich Sorgen machen und bieten Hilfe an. Kritik und „kluge“ Ratschläge – vielleicht auch aus einer Hilfslosigkeit heraus geäußert – erzeugen in der Regel noch mehr Rückzug oder ein Herunterspielen der Problematik. Wenn für Betroffene das Gefühl entsteht, in die Ecke gedrängt zu werden, wird die Essstörung vielleicht verteidigt oder durch diesen Stress eher noch gefördert und verschärft. Besser ist es, bei sich zu bleiben, die eigene Wahrnehmung zu teilen und jederzeit Unterstützung anzubieten.

Sie haben Rückzug und Isolation angesprochen: Inwiefern hat die Coronapandemie den Alltag der Betroffenen beeinflusst?

Eine Grunderfahrung, die wir in den letzten knapp zwei Jahren im ambulanten Bereich gemacht haben, ist, dass die Anzahl der Beratungsgespräche explodiert ist. Besonders in den Lockdown-Phasen haben sich sehr viele Teenager bei uns gemeldet. Das Außenleben wurde ja für uns alle schlagartig heruntergefahren, doch gerade junge Menschen haben unter dieser Isolation sehr gelitten. Durch den fehlenden Umgang mit Gleichaltrigen hatten

sie mehr Zeit; vor allem Mädchen widmen sich da Themen wie „Umsetzung einer gesünderen Ernährung“ oder betrieben ein verstärktes Workout gegen die mangelnde Bewegung. Da sind wir wieder bei der bereits erwähnten Frage angelangt, wie ein gestörtes Essverhalten überhaupt Schritt für Schritt entstehen kann.

Welche Beobachtungen machen Sie darüber hinaus?

Beim Versuch einer Stressbewältigung, und die Pandemie ist für uns alle mit Stress verbunden, entsteht nicht selten der Wunsch, die Kontrolle zu behalten. Da bietet sich das Essen vermeintlich an: Ich kann bestimmen, wie viel ich esse und was ich zu mir nehme. Natürlich gab es auch vor dieser Extremsituation der Pandemie Konflikte oder andere belastende Faktoren in Familien, aber da bildeten Schule, Freundeskreis und Sportverein einen willkommenen Ausgleich. Fällt all dies weg, ist das veränderte Essverhalten mitunter eine Strategie, gewisse Dinge in unkontrollierbaren Zeiten „in den Griff“ zu bekommen.

Lassen sich Genuss, ein gesundes Essverhalten und das Zubereiten gehaltvoller Speisen wieder erlernen?

Erlernen lässt sich all das auf jeden Fall, immer vorausgesetzt, dass die Bereitschaft dazu vorhanden ist – eine Grund-

lage für jegliche Therapie und Beratung. Auch ist die Frage zu beantworten, ob die angepeilten Ziele überhaupt realistisch sind. Die genannten Aspekte lassen sich jedenfalls allesamt sehr gut in eine Ernährungsberatung integrieren. Wenn sich zeigt, dass die Probleme mit dem Essen alleine oder mit Ernährungsberatung nicht zu bewältigen sind bzw. eine diagnostizierte Essstörung vorliegt, ist eine Psychotherapie auf jeden Fall angezeigt.

Wichtig ist immer: Es geht nicht darum, jede Mahlzeit in Perfektion zu gestalten. Das eine gesunde Essverhalten existiert nämlich nicht, vielmehr ist jeder Mensch, ist jeder Körper individuell zu betrachten.

Wie äußert sich das in Ihren Gesprächen?

Dort gilt es einerseits herauszufinden, mit welcher Ernährung der körperliche Bedarf abgedeckt ist; andererseits sollten aber auch die jeweiligen Wünsche, individuellen Bedürfnisse und die aktuelle Lebenssituation Berücksichtigung finden. Wenn tatsächlich eine Essstörung im Spiel ist, muss die betroffene Person in einer Therapie erlernen, worin die Angst vorm Essen begründet ist. Denn: Essen steht immer im Zusammenhang mit unseren seelischen Bedürfnissen und lässt sich nicht nur auf den Körper reduzieren. RT ●

therateam.info



Foto: © Wanlee - stock.adobe.com

THERATEAM

Das multiprofessionelle Team, bestehend aus approbierten PsychotherapeutInnen, PsychotherapeutInnen in Ausbildung, zertifizierten OecotrophologInnen, ErnährungswissenschaftlerInnen und DiätassistentInnen, ist seit mehr als 25 Jahren im Bereich Essstörungstherapie tätig. Im Zentrum der Arbeit stehen die Patientinnen und Patienten, mit denen gemeinsam Behandlungspläne auf Grundlage eines individuellen Störungsmodells entwickelt werden. Ein weiteres Themenfeld ist die persönliche und kompetente Beratung bei onkologischen Diagnosen. Die hochqualifizierten ErnährungstherapeutInnen von TheraTeam stehen Betroffenen auch hier in allen Phasen der Therapie zur Seite.

AUSZUG AUS DEM

SEMINAR-PROGRAMM

2022

PRAXIS-WISSEN
Sicher weiterbilden!



- ABRECHNUNG -

ONLINE

DER IDEALE EINSTIEG IN DIE GOÄ FÜR ALLE FACHRICHTUNGEN

Die einzelnen Teile sind thematisch in sich abgeschlossen, bauen aber inhaltlich aufeinander auf. Um die GOÄ bestmöglich in der Praxis anwenden zu können, empfehlen wir den Besuch aller drei Seminarteile.

GOÄ-GRUNDLAGEN – TEIL 1/3

» rechtliche Grundlagen

29.03. (Di) 13:00 - 14:30 Svetlana Malcher **F11**

07.04. (Do) 17:00 - 18:30 Dr. Markus Molitor **F17**

10.05. (Di) 13:00 - 14:30 Svetlana Malcher **F21**

12.05. (Do) 17:00 - 18:30 Dr. Markus Molitor **F23**

GOÄ-GRUNDLAGEN – TEIL 2/3

» GOÄ-Begriffe
» GOÄ-Nummern Abschnitt B

31.03. (Do) 13:00 - 14:30 Svetlana Malcher **F13**

21.04. (Do) 17:00 - 18:30 Tiffany Bruck **F18**

12.05. (Do) 13:00 - 14:30 Svetlana Malcher **F22**

19.05. (Do) 17:00 - 18:30 Silke Leven **F26**

GOÄ-GRUNDLAGEN – TEIL 3/3

» GOÄ-Nummern verschiedener Leistungsbereiche

05.04. (Di) 13:00 - 14:30 Svetlana Malcher **F14**

28.04. (Do) 17:00 - 18:30 Silke Leven **F19**

17.05. (Di) 13:00 - 14:30 Svetlana Malcher **F24**

02.06. (Do) 17:00 - 18:30 Silke Leven **F28**

PVSforum

FORTBILDUNGSINSTITUT

bayern
berlin-brandenburg-hamburg
rhein-ruhr

WORKSHOP: GOÄ – KARDIOLOGIE

- » GOÄ-Abrechnung anhand von Fallbeispielen
- » Abrechnungsqualität verbessern und Honorarverlust vermeiden
- » Themenschwerpunkte durch Ihre Fragen und Fallbeispiele (gerne vorab per Mail)

10.03. Teil 1 (Do) 17:00 – 18:30	Tiffany Bruck,	
17.03. Teil 2 (Do) 17:00 – 18:30	Dr. Markus Molitor	M1
24.03. Teil 3 (Do) 17:00 – 18:30		

08.11. Teil 1 (Di) 17:00 – 18:30	Tiffany Bruck,	
15.11. Teil 2 (Di) 17:00 – 18:30	Dr. Markus Molitor	M2
22.11. Teil 3 (Di) 17:00 – 18:30		

GOÄ FÜR FACHRICHTUNGEN, z. B.:

Allgemein-/Innere Medizin (Hausärzte)	15.06.	F29
Anästhesie	07.09.	F46
Augenheilkunde	13.04.	F16
Chirurgie (niedergelassener Arzt)	24.06.	F34
Dermatologie	06.07.	B12
Gynäkologie	20.05.	B9
HNO-Heilkunde	31.08.	F44
Innere Medizin (Hausärzte)	14.09.	B15
Kardiologie	28.09.	B17
Neurologie	06.05.	B7
Orthopädie	01.06.	B10
Pädiatrie	23.03.	F9
Psychotherapie	27.04.	B6
Psychiatrie/Psychotherapie	21.09.	F49
Radiologie	08.04.	F27
Urologie	25.05.	F27

Weitere Termine, Infos, Preise und Anmeldungen zu allen Seminaren:

[pvs-forum.de](https://www.pvs-forum.de)

KLIMA- OPTIMIERTES GRILLEN

„WERTE, VERGLEICHBAR
MIT EINER AUTOFAHRT VON
RUND 120 KILOMETERN“

Oft unterschätzt, jedoch Fakt: Mit unseren Essgewohnheiten lässt sich ein großer Teil zum Umwelt- und Klimaschutz beitragen. Schnell fällt da der Blick auf den Fleischkonsum – und im Sommer auf gemütliche Grillabende. Doch nicht nur die Frage, was letztlich auf dem Rost landet, spielt dabei eine Rolle. Auch die Art des Grills sowie die jeweilige Befuerung haben Einfluss auf die Ökobilanz. Die folgenden Fakten zeigen: Bereits mit kleinen Impulsen lässt sich Großes bewirken.

Hier geht's um Kohle!

Ein beeindruckender (und bedrückender) Wert: Nahezu jede zweite Grillkohle basiert auf ökologisch wertvollem Tropenwaldholz. Laut Statistischem Bundesamt importierte Deutschland im Jahr 2020 satte 164.234,9 Tonnen Holzkohle, was coronabedingt gar einen „niedrigen“ Wert darstellt, waren es doch im Jahr zuvor ganze 214.276,4 Tonnen, die hauptsächlich aus Polen, Paraguay und der Ukraine stammten. Beim Kauf sollte daher der Blick auf seriöse Siegel fallen. Label

wie FSC (Forest Stewardship Council), Naturland oder Bio-Siegel geben an, dass das eingesetzte Holz aus einer nachhaltigen Waldbewirtschaftung stammt. Diese zertifizierten Produkte (Holzkohle und Briketts) sind in Bau- und Supermärkten sowie an Tankstellen erhältlich. Auch das DIN-Prüfzeichen (DIN EN 1860-2) sollte Beachtung finden – es gibt an, dass die Holzkohle weder Pech, Erdöl und Koks, noch Kunststoffe enthält. Achtung: Über die Herkunft des Produkts sagt das Prüfzeichen allerdings nichts aus. Hinzu kommt die gesundheitliche Gefährdung beim Grillen auf Holzkohle oder Briketts: Die Schadstoffentwicklung (Feinstaub, Kohlenstoffmonoxid, CO₂) bei der Zubereitung des Grillguts sollte nicht unterschätzt werden. Als Alternative bieten sich Gas- oder Elektrogrills an.

Was brutzelt denn da?

Die Art des Grillens (Holzkohle, Gas- oder Elektrogrill) steht beim Blick auf die Umweltbeeinträchtigung allerdings nicht an erster Stelle, vielmehr zählt, was letztlich auf den Teller kommt. Wie eine Öko-

bilanz-Studie des TÜV Rheinland zeigt, werden bis zu 95 Prozent der anfallenden klimarelevanten Emissionen durch das Grillgut verursacht. Zur Errechnung einer solchen Bilanz werden Emissionen sowie weitere Umweltauswirkungen über den gesamten Lebensweg – hier also eines tierischen Produkts – analysiert. Hierzu zählen Informationen zur Herstellung oder Erzeugung, Transport und Verkauf sowie Verwendung und Verwertung. In besagter Studie stand der Grillabend zweier Familien mit acht Personen im Fokus. Es wurde gegrillt auf Holzkohle, auf einem Einweggrill mit Holzkohle, auf einem Gas- und auch einem Elektrogrill. Auf dem Speiseplan standen je 400 Gramm Rindfleisch, Schwein und Hähnchen, Rinds- und Schweinewurstchen, aber auch Feta und Mais. Der TÜV Rheinland kam zu dem Schluss, dass je nach Grillart Emissionen zwischen 17,5 und 18 Kilogramm CO₂-Äquivalente (CO₂e) entstanden. Oder, wie es die Initiatoren auf den Punkt brachten: Ein Wert, vergleichbar mit einer Autofahrt von rund 120 Kilometern mit einem Mittelklassewagen.



Vor allem Rindfleisch steht ganz oben in der „Klimasünder-Tabelle“. Die Tiere stoßen große Mengen Methan (Treibhausgas) aus und benötigen viel Futtermittel. Dabei handelt es sich meist um Soja – 80 Prozent der Sojabohnen weltweit kommen aus den USA, aus Brasilien oder Argentinien. Die Ackerflächen verdrängen immer noch riesige Wald- und Savannenflächen. Es gilt: 1 kg Rindfleisch verursacht bis zu 28 kg Treibhausgase. Gleich danach nennt der TÜV Grillkäse, zu dessen Verarbeitung viel Milch benötigt wird; es folgen Schweine- und Geflügelfleisch. Besser sieht es beim Grillgemüse aus, ist hier doch 1 kg für weniger als 1 kg Treibhausgase verantwortlich. Wenn es aber doch Fleisch sein soll, kann auch hier der Blick aufs Label hilfreich sein: Anbauverbände wie Bioland, Demeter oder Naturland garantieren hohe Anforderungen an das Tierwohl.

Nichts anbrennen lassen!

Würstchen, Steaks und Co., die zu lange auf dem Rost liegen, brennen an und bilden eine schwarze Kruste. Krebserre-

gende Stoffe können entstehen, wenn sich aufsteigender Rauch auf das Fleisch legt – etwa dann, wenn Fett oder Bier in die Grillglut tropfen. Um dies zu vermeiden, bieten sich Grillschalen an, allerdings nicht aus Aluminium, sondern beispielsweise aus Edelstahl, Keramik oder Emaille. Eine zu starke Rauchentwicklung lässt sich beim Grillen durch entsprechende Grillanzünder (auf pflanzlicher Basis statt chemisch) und eine stets gute Luftzufuhr vermeiden. In Innenhöfen und auf Balkonen sollte keine Holzkohle zum Einsatz kommen. Trockene Wiesen und Plätze unter Bäumen stellen zudem keinen geeigneten Grillplatz dar – hier kommt die Gefahr des Funkenflugs ins Spiel.

Und wenn sich der Grillabend dem Ende zuneigt? Gehört die ausgekühlte Asche in den Restmüll und – wenn überhaupt – nur in ganz geringen Mengen auf den Gartenkompost. Der Grund: Holzkohlenasche enthält in konzentriertem Maße Schwermetalle, die einst von den Bäumen aufgenommen wurden. Diese können über den Kompost auf Obst und

Gemüse übergehen. Auch finden sich in der Asche zudem oftmals Schadstoffe wie Polyzyklische Aromatische Kohlenwasserstoffe.

Und was ist noch zu beachten?

Ohne Frage: Mehrweggeschirr stellt beim Grillen immer die bessere Alternative zu Papptellern sowie Plastikgabeln und -bechern dar. Auf diesem Wege kann jede Menge Abfall vermieden werden; die Gerichte schmecken zudem deutlich besser. Wer sich um sein gutes Tellerservice sorgt, kann auch auf wiederverwendbares, spülmaschinengeeignetes Plastikgeschirr setzen. Da es in Gesellschaft ohnehin besser schmeckt, ist es zudem eine Überlegung wert, gemeinsam mit den Nachbarn einen Grill anzuschaffen. Hier gilt: Ein guter Grill hält mehrere Jahre durch und muss nicht zwangsweise teuer sein. In Supermärkten, Tankstellen und Baumärkten finden sich oftmals verlockend günstige Wegwerf- oder Einweggrills. Bereits deren Bezeichnung verrät allerdings, dass es sich hierbei um ökologische Sünden handelt.

A person wearing a blue protective suit, a blue hairnet, safety glasses, and a blue surgical mask is holding a white container with a red lid. The background is blurred, showing another person in a dark protective suit. The overall scene suggests a medical or laboratory setting.

In Deutschland existieren
46 Transplantations-
zentren – viele Menschen
warten auf ein lebens-
rettendes Spenderorgan.

Organspende

NEUE LEBENS- PERSPEKTIVEN SCHENKEN

Es ist eine Frage, die viele Menschen nur zögerlich an sich heranlassen: Die Frage, ob sie nach dem eigenen Tod Organe spenden möchten. Dass diese Überlegung jedoch nicht früh genug angestellt werden kann, zeigt die Tatsache, dass hierzulande aktuell fast 10.000 Patientinnen und Patienten auf ein lebensnotwendiges Spenderorgan warten. Dr. med. Gero Frings und Prof. Dr. med. Gernot M. Kaiser, beide jeweils Chefarzt am St. Bernhard-Hospital in Kamp-Lintfort, sind Spezialisten auf dem Gebiet der Organspende. Im Gespräch mit PVS einblick verdeutlichen sie: Die deutschen Organspendezahlen sind stabil – doch in vielerlei Hinsicht ist noch Luft nach oben.

Die Organ- und Gewebespende versteht sich als gelebte Solidarität. Wo machen Sie die Hauptgründe dafür aus, dass sich die gesellschaftliche Verankerung der Thematik hierzulande nur schwer vollzieht?

Dr. med. Gero Frings: Die Beobachtung machen wir nicht nur bei der Organ- und Gewebespende. Der gesellschaftliche Altruismus hat auch in anderen Bereichen seine Grenzen, etwa bei der Blutspende. Bereiche also, in denen man aktiv werden und etwas geben muss. Immerhin: Laut der Bundeszentrale für gesundheitliche Aufklärung ist in Deutschland eine rund 75-prozentige Zustimmung bei der Organspende zu verzeichnen. Daher würde ich auch einer fehlenden Verankerung in der Gesellschaft nicht vollends zustimmen, zumal wir über ein Transplantationsgesetz verfügen, das vom Bundestag verabschiedet wurde. Ein Bewusstsein für die Thematik ist also da – die Frage ist, wie wir dieses leben.

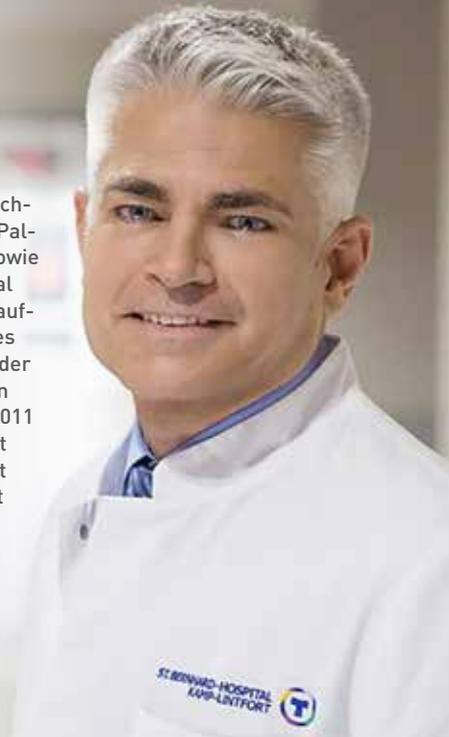
Prof. Dr. med. Gernot M. Kaiser: Ich sehe durchaus eine gewisse Grundproblematik, da sich der Mensch mit seinem eigenen Tod auseinandersetzen muss. Wer sich mit dem großen Bereich der postmortalen Organspende beschäftigt, muss sich zu Lebzeiten nunmal vergegenwärtigen, dass er eines Tages stirbt. Es existieren andere Gesellschaften, in denen ein Thema wie die eigene Beerdigung schon sehr früh im Leben besprochen wird – bei uns jedoch herrscht eine große Zurückhaltung, was das eigene Ableben betrifft. Ich denke, dies ist auch ein Grund dafür, weshalb sich viele Menschen damit schwer tun, einen Organspendeausweis auszufüllen.

Ein äußerst sensibles Thema also, verbunden mit vielen Emotionen! Welche Unsicherheiten und vielleicht auch Vorurteile stellen Sie darüber hinaus in der Bevölkerung fest?

GF: Wir leben tatsächlich in einer Zeit, in der Ängste und Unsicherheiten mitunter geschürt werden – gerade in den sozialen Medien reagieren Menschen eher auf negative Thesen. Wir erkennen das im Organspendeprozess manchmal an dem Punkt, an dem wir eine Todesfeststellung kommunizieren. Da herrschen bei den Angehörigen bezüglich der Diagnose „Hirntod“ Unsicherheiten und Ängste. Dem wirkt eine professionelle Begleitung durch die Transplantationsbeauftragten sowie den Koordinatoren der DSO (Deutsche Stiftung Organtransplantation) entgegen. Leider konnten wir in Deutschland die Widerspruchsregelung – die Ausgangslage also, dass jeder als Organspender gilt, es

CHEFARZT DR. MED. GERO FRINGS

Der Facharzt für Anästhesiologie mit den Zusatzbezeichnungen Intensivmedizin, Spezielle Schmerztherapie, Palliativmedizin, Notfallmedizin und Leitender Notarzt sowie Transplantationsmedizin hat am St. Bernhard-Hospital in Kamp-Lintfort die Position des Transplantationsbeauftragten inne. Dr. med. Gero Frings ist u. a. Ordentliches Mitglied der ständigen Kommission für Organspende der Bundesärztekammer und Wissenschaftlicher Beirat in der Selbsthilfe Organtransplantierte NRW. Im Jahr 2011 erhielt er die Auszeichnung „Besonderes Engagement in der Organspende“ der DSO. Dr. med. Gero Frings ist darüber hinaus Vorsitzender der Arbeitsgemeinschaft der Transplantationsbeauftragten in NRW e.V. sowie Prüfarzt bei der Ärztekammer Nordrhein u. a. für die Zusatzbezeichnung Transplantationsmedizin. Für die Akademie der Ärztekammer Nordrhein und die Akademie der Ärztekammer Westfalen ist der Facharzt als Kursleiter im Rahmen der Ausbildung Transplantationsbeauftragter ÄrztInnen tätig.



CHEFARZT PROF. DR. MED. GERNOT M. KAISER

Der Facharzt für Chirurgie und spezielle Viszeralchirurgie, onkologische und hepatobiliäre Chirurgie am St. Bernhard-Hospital bekleidete von 2006 bis 2013 das Amt des Transplantationsbeauftragten am Universitätsklinikum Essen. Prof. Dr. med. Gernot M. Kaiser ist u. a. Mitglied der Deutschen Transplantationsgesellschaft sowie der International Society of Transplantation. 2010 wurde er mit dem „Preis zur Förderung der Organspende“ der Deutschen Transplantationsgesellschaft ausgezeichnet. Im Jahr 2021 erhielt er vom Magazin „Focus-Gesundheit“ die Auszeichnung „Top-Mediziner“ für seine Arbeit im Bereich „Endokrine Chirurgie“ und „Hernienchirurgie“.



sei denn, er spricht sich zu Lebzeiten dagegen aus – nicht etablieren. Wir hoffen jedoch, dass die Aufklärung im Zuge des neuen Gesetzes zur Förderung der Organspende durch weitere Mittel gestärkt wird. Dieses tritt im April 2022 in Kraft. Dann soll unter anderem auch die Ärztin bzw. der Arzt des Vertrauens beratend tätig sein und hierfür vergütet werden.

Im Jahr 2021 erfolgten 2.979 Organtransplantationen nach einer Organspende. Wie bewerten Sie diese Zahl?

GK: Die Interpretation der Anzahl von Organspendern gestaltet sich nicht leicht. Im europäischen Vergleich befinden wir uns

damit im unteren Drittel. Heißt, es existieren Länder, die eine deutlich höhere Rate an Organspenden pro Einwohnerzahl verzeichnen. Da wird dann meist das klassische Beispiel Spanien genannt, wo der Wert den deutschen im Schnitt um das Dreifache übertrifft. Die genannte Zahl hat viele Aspekte: So mussten wir glücklicherweise trotz der Coronapandemie keine rückläufigen Zahlen feststellen – vor diesem Hintergrund also ein Erfolg! Nichtsdestotrotz befinden sich aktuell auf der Warteliste fast 10.000 Patientinnen und Patienten, die aufgrund fehlender Spenderorgane nicht versorgt werden können. Einige Menschen sterben sogar während der Wartezeit auf ein Organ, das zur Transplantation geeignet ist.



Gelebte Solidarität
und Entlastung für
Angehörige: der
Organspendeausweis.

Foto: © fovito - stock.adobe.com

GF: Vorreiter wie eben Spanien oder Kroatien hatten unter COVID-19 einen enormen, schlagartigen Einbruch. Daher dürfen wir in Deutschland durchaus stolz auf unsere stabilen Zahlen sein. In vielen Krankenhäusern werden hierzulande Spenderinnen und Spender rekrutiert, zudem existieren 46 Transplantationszentren. Werte, die zeigen, dass die nachhaltigen Verbesserungen, die in den letzten Jahren angeschoben wurden, gezündet haben. Dazu zählen auch die Finanzierung und Implementierung von Transplantationsbeauftragten an jedem Krankenhaus mit Intensivstation. Fakt ist: Wir sind auch unter widrigen Umständen in der Lage, unsere Spenderzahlen stabil zu halten.

Sollte ein Verstorbener zu Lebzeiten keinen Entschluss gefasst haben, werden Angehörige in einer Trauersituation zusätzlich mit einer hoch emotionalen Entscheidung konfrontiert ...

GK: Ich fasse das kurz zusammen: Die Frage nach einer Organspende kommt für die Hinterbliebenen immer am falschen Ort, zur falschen Zeit und in der falschen Situation. Das erfordert vor allem von den Primärbehandlern auf der Intensivstation jede Menge Sensibilität. Im Nachgang agieren dann die Verantwortlichen der DSO sowie die Transplantationsbeauftragten auf hochprofessioneller, einfühlsamer Ebene.

GF: Das kann ich nur unterstreichen! Die entsprechenden Schulungen hinsichtlich herausfordernder Gespräche sind deutlich besser geworden. Als Transplantationsbeauftragte sind wir verpflichtet, uns permanent aus- und weiterzubilden. Da spielen Themen wie Kommunikation und Gesprächstraining eine maßgebliche Rolle. Auch für die Situation der Hirntoddiagnostik existiert ein intensives Training mit Rollenspielen und

Schauspielern. All das geschieht zur Förderung einer behutsamen, aber zielgerichteten Kommunikation.

Wie ließe sich die Aufklärungsarbeit noch weiter ausbauen?

GK: Klar ist: Je intensiver eine Person mit dem Thema in Berührung kommt, desto höher ist die Bereitschaft, einen Organspendeausweis mit sich zu tragen. Das konnten auch Studien und Umfragen zeigen.

GF: Auch ist es wichtig, immer wiederkehrende Angebote für die Beantragung des Ausweises zu formulieren. Die Menschen möchten aufgeklärt werden, allerdings ohne den berühmten erhobenen Zeigefinger. Da wünschen wir uns in der Arbeitsgemeinschaft der Transplantationsbeauftragten NRW, in der Herr Prof. Dr. Kaiser und ich organisiert sind, von der Presse eine positivere Berichterstattung. Etwa über gelungene Verläufe von Transplantationen, spektakuläre, gerne aber auch ganz normale. Berichte darüber, was es überhaupt für ein Lebensgewinn für eine Person darstellt, die etwa eine neue Niere erhalten hat. Nichts Reißerisches – einfach klare Geschichten von Menschen, die plötzlich wieder neue Lebensperspektiven erfahren.

Ein neues digitales Organspenderegister – ursprünglich geplant für März 2022 – soll den Prozess für alle Beteiligten erleichtern. Welche Vorteile sehen Sie darin?

GF: In der Arbeitsgemeinschaft der Transplantationsbeauftragten haben wir den geplanten Start zum 01. März 2022 bereits zu einem frühen Zeitpunkt als äußerst ambitioniert wahrgenommen. In Sachen Durchführung und Gesetzeslage besteht da leider noch einiges an Klärungsbedarf. Wir hoffen, für dieses Register schon bald einen neuen Zeit-

plan zu erhalten, denn es hält einige Vorteile bereit: Wir als abrufende Seite könnten darin direkt sehen, wer bereit ist, Organe zu spenden. Im besten Falle sollten alle Besitzer eines Spenderausweises ihre Willenserklärung auch in diesem digitalen Register fortführen. Meine Forderung lautet ohnehin, künftig den Organspendeausweis so zu realisieren, wie es aktuell beim digitalen Impfnachweis der Fall ist. Ein Nachweis, der in der Apotheke in Kombination mit dem Personalausweis digital encodiert wird. Diese Dokumentation der Willenserklärung würde auch den Druck auf die Angehörigen reduzieren.

Sollte die Organspende nicht nur in der Bevölkerung, sondern auch in der ärztlichen Ausbildung noch mehr Raum einnehmen?

GK: Es müssen sämtliche Verantwortliche mitgenommen werden – neben den Schwestern und Pflegern auf der Intensivstation daher auch all jene, die an den Beruf des Arztes herangeführt werden. Ich habe selbst viele Jahre lang an der Universität Vorträge zur Organspende in einer chirurgischen Vorlesungsrunde gehalten, was ich für sehr wichtig erachte.

GF: Die Organspende hat erfreulicherweise Einzug erhalten in die fachärztlichen Weiterbildungskataloge der Chirurgie, der inneren Medizin, der Anästhesie und der Intensivmedizin. Besonders der Vorgang der Spenderdetektion, also das Identifizieren und Melden von Spendern auf den Intensivstationen, ließe sich niederschwellig bereits in die Vorlesungen einflechten. Denn hier herrscht ein großer Bedarf: Würde dieses Erkennen und Kommunizieren täglich mit noch mehr Aufmerksamkeit geschehen, könnten wir bei der Organspende einen enormen Zuwachs verzeichnen. **RT ●**

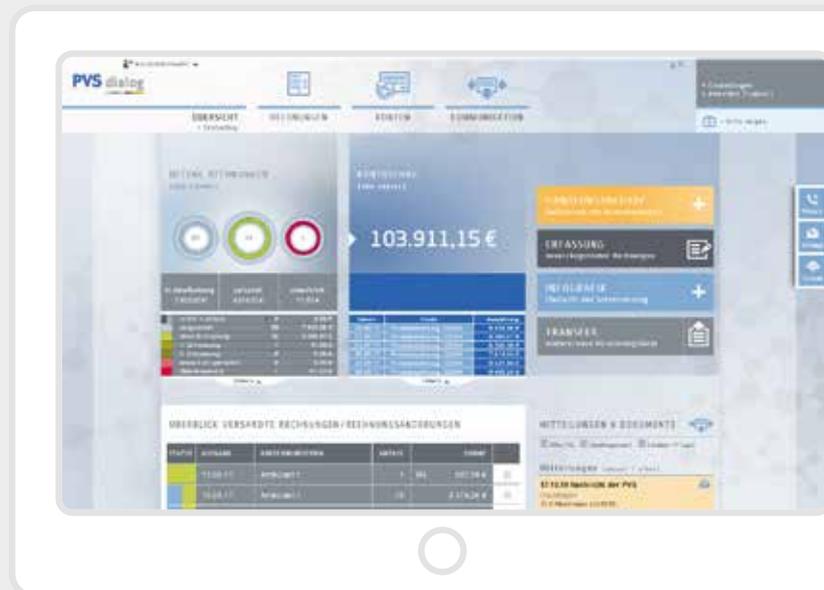
dso.de | st-bernhard-hospital.de

PVS DIALOG – DAS ONLINE-PORTAL FÜR IHRE PRIVATABRECHNUNG

SMARTE LÖSUNGEN
FÜR IDEALE
ABRECHNUNGSPROZESSE

EIN KOSTENLOSER SERVICE FÜR KUNDEN DER PVS RHEIN-RUHR, BERLIN- BRANDENBURG-HAMBURG, BAYERN & PRIA

- » klare und nachvollziehbare Kontensicht
- » genaue Liquiditätsvorschau
- » aktueller Stand der Forderungen
- » umfangreiches Praxis-Monitoring
- » wirtschaftliche Betrachtung mehrerer Standorte
- » komfortable Exportfunktionen (Excel, PDF)
- » direkte und schnelle Kommunikation mit der PVS



ONLINE-RECHNUNGSERFASSUNG

Rechnungen standort-, mitarbeiter- und betriebssystemübergreifend direkt erfassen und ohne System-Wechsel zur PVS übertragen.

CONTROLLING

Überblick zur Geschäftsentwicklung im Vergleich zum Vorjahr: Potenziale erkennen und rechtzeitig aktivieren.

MANAGEMENT-ACCOUNT

Für größere Einrichtungen (Praxen, MVZ, Kliniken): Aggregierte Sicht auf alle Beteiligten.

STEUERBERATER-ZUGANG

Ihr Steuerberater erhält einen separaten Zugang zu allen steuerrelevanten Daten Ihrer Privatabrechnung.

NEUE REGIERUNG – BEKANNT HERAUSFORDERUNGEN

Nach der Wahl des neuen Bundestags, dem nun 736 Parlamentarierinnen und Parlamentarier angehören, galt es für das erste Bündnis aus SPD, Grünen und FDP auf Bundesebene, nach mehrwöchigen Koalitionsverhandlungen die Arbeit aufzunehmen. Brennende Themen bleiben unter anderem weiterhin die Coronapandemie, Reformen in der Pflege sowie der Dialog mit Umwelt- und Landwirtschaftsverbänden im Kampf gegen die Klimakrise. Was wurde in den vergangenen Wochen auf den Weg gebracht? Ein Blick auf die Ressorts Gesundheit sowie Ernährung und Landwirtschaft.

Zum 1. Januar 2022 sind einige Änderungen in Kraft getreten, die den Arbeitsbereich des Bundesgesundheitsministeriums berühren. Hervorzuheben ist die Entlastung für Pflegebedürftige in stationärer Pflege. Diese sieht bei der Versorgung im Pflegeheim einen Zuschlag vor, gezahlt durch die Pflegeversicherung, zusätzlich zum nach Pflegegrad differenzierten Leistungsbetrag. Die Staffelung dieses Betrags orientiert sich dabei an der Dauer der Pflege: Während die Pflegekasse im ersten Jahr 5 % des pflegebedingten Eigenanteils trägt, sind es im zweiten Jahr

25 %, im dritten Jahr 45 % und danach 70 %. Auch für den Ausbau der Kurzzeitpflege wurden gesetzliche Anreize formuliert: Der Leistungsbetrag der Pflegeversicherung zur Kurzzeitpflege wurde zu Jahresbeginn um 10 % angehoben.

Im Spätsommer wird zudem eine neue Regelung für die tarifliche Entlohnung in Einrichtungen der Langzeitpflege wirksam. Die jeweiligen Bundesministerien für Gesundheit sowie Arbeit und Soziales genehmigten hierfür die vom GKV-Spitzenverband vorgelegten Richtlinien für

eine tarifliche Entlohnung in entsprechenden Einrichtungen. So werden ab dem 1. September 2022 nur noch Pflegeeinrichtungen zur Versorgung zugelassen, die ihre Kräfte mindestens in Tarifhöhe bezahlen. Der Bundesminister für Gesundheit, Prof. Karl Lauterbach (SPD), hierzu: „Gute Pflege verdient gute Entlohnung. Dafür sorgen wir auch mit den veröffentlichten Richtlinien. Denn diese sind die Grundlage dafür, dass Pflege- und Betreuungskräfte in der Langzeitpflege ab dem 1. September 2022 regelhaft nach Tarif entlohnt werden. Für viele Pflege- und Betreuungskräfte ist das eine deutliche Verbesserung.“



„Die vorhandenen Impfstoffe schützen drastisch vor Tod. Lassen Sie sich boostern!“ Gesundheitsminister Prof. Karl Lauterbach drängt auf eine Beschleunigung der Impfkampagne.

„Vorhandene Impfstoffe schützen drastisch vor Tod.“

Die Bekämpfung der anhaltenden Coronavirus-Pandemie nimmt ohne Frage den Spitzenplatz auf der Agenda der neuen Bundesregierung ein. Hohe Fallzahlen und steigende Inzidenzwerte unterstreichen das Gewicht der Omikronwelle, die sich nach Einschätzung von Prof. Karl Lauterbach bislang jedoch gut kontrollieren ließe. So sei es etwa gelungen, dass möglichst wenige ältere Menschen erkranken. „Das ist unser Erfolg“, so der Bundesminister für Gesundheit. In diesem Zuge sei es weiterhin von großer Bedeutung, die Impfkampagne fortzusetzen. Dies schlie-

ße auch das Wahrnehmen der Boosterimpfungen mit ein. Denn: „Die vorhandenen Impfstoffe schützen drastisch vor Tod. Warten Sie nicht auf Impfstoffe, die noch in der Entwicklung sind. Nehmen Sie die Impfstoffe, die da sind. Lassen Sie sich boostern“, so Prof. Lauterbach. Bis Ende Januar 2022 (Redaktionsschluss) wurden deutschlandweit mindestens 61,5 Mio. Personen vollständig geimpft (74,0 % der Gesamtbevölkerung). Mindestens 43,9 Mio. Personen (52,8 %) erhielten zudem eine Auffrischungsimpfung.

Landwirtschaft im Einklang von Natur, Umwelt und Tierwohl

Auch auf den neuen Bundesminister für Ernährung und Landwirtschaft, Cem Özdemir (Bündnis 90/Die Grünen), wartet seit der Konstituierung des 20. Deutschen Bundestags ein breitgefächertes Aufgabenfeld. So traf er sich zum neuen Jahr etwa per Videokonferenz mit verschiedenen Umwelt- und Landwirtschaftsverbänden, um zu betonen, dass der eng geführte Dialog auch künftig weitergeführt werden soll. Den Vertreterinnen und Vertretern der Deutschen Umwelthilfe, des WWF, von Greenpeace, des Bundes Ökologische Lebensmittelwirtschaft, des Deutschen Bauernverbands, der Arbeitsgemeinschaft bäuerliche Landwirtschaft sowie dem Bundesverband Deutscher Milchviehhalter signalisierte Özdemir, die Zusammenarbeit zu intensivieren: „Mir ist ein direkter Draht und ein offener Austausch wichtig. Ich erwarte aber auch, dass wir uns gegenseitig zuhören und auf die Gemeinsamkeiten konzentrieren, um zu Lösungen zu kommen. Ich bin überzeugt: Eine nachhaltige Landwirtschaft im Einklang von Natur, Umwelt und Tierwohl dient auch den Interessen der Betriebe und ist Grundlage von gesunder Ernährung.“ Ziel sei es, die gesamte Landwirtschaft in ihrer Vielfalt an den Zielen des Umwelt- und Ressourcenschutzes auszurichten.

Gesunder Boden im Kampf gegen weltweiten Hunger

Zu eben solchen Zielen zählt auch die nachhaltige Landnutzung, die bereits bei einem gesunden Boden beginnt. Im Rahmen der 14. Berliner Agrarministerkonferenz begrüßte Cem Özdemir jüngst Amtskolleginnen und -kollegen aus aller Welt im digitalen Format. Gemeinsam kam man zu dem Schluss, dass gesunde Bö-

Setzt auf einen offenen Austausch: Der neue Bundesminister für Ernährung und Landwirtschaft, Cem Özdemir.



Foto: © Thomas Trutschel



Foto: © BMEL photothek

Bei der digitalen 14. Berliner Agrarministerkonferenz stand auch das Thema „Gesunder Boden“ im Mittelpunkt.

den der Schlüssel zu ausreichend sicheren und gesunden Lebensmitteln seien. Gleiches gelte für die Anpassung an den Klimawandel und den Erhalt der biologischen Vielfalt. Der Bundesminister: „Ein gesunder Boden ist unser Verbündeter im Kampf gegen den Hunger in der Welt, die Klimakrise, und das Artensterben. Aber er steht unter Druck: Flächenversiegelung und Bodendegradation setzen ihm zu. Essenziell für Bäuerinnen und Bauern weltweit ist außerdem, dass sie auch Zugang zu Land haben und Böden langfristig bewirtschaften können. Wir müssen jetzt

handeln – und zwar im globalen Schulterchluss.“

Im Ökolandbau sahen die Teilnehmerinnen und Teilnehmer der Konferenz einen großen Vorteil für die Erhaltung der Bodenbiodiversität. So solle der Umgang mit Nährstoffen – einschließlich Düngemitteln – nachhaltiger und effizienter werden. Auch die Regeln für Erwerb und Nutzung von Land für die Ernährungssicherung standen auf der Agenda. Klar sei: Landerwerb müsse stets im Einklang mit Menschenrechten stehen.

RT ●

Quellen: Bundesministerium für Gesundheit, Bundesministerium für Ernährung und Landwirtschaft

„SO GEHT VERTRAUEN IN DIE POLITIK VERLOREN“

Fassungslosigkeit statt „Freedom Day“: Der Gesundheitsexperte Frank Rudolph zieht eine ernüchternde Bilanz des Pandemiejahres 2021. Die Politik habe Ratschläge von Experten nicht oder viel zu spät befolgt, sagt der Geschäftsführer des Bundesverbandes Verrechnungsstellen Gesundheit e.V. (BVVG) im Interview. Die neue Regierung könne und müsse daraus Lehren ziehen. Denn Corona werde uns noch jahrelang begleiten.

Hand aufs Herz, Frank Rudolph: Blicken Sie noch durch bei der deutschen Corona-Politik? Da verkündet der frischgebackene Bundeskanzler das Ziel, dass bis Ende 2021 30 Millionen Menschen geboostert sein sollen. Und keine zwei Wochen später ist die Rede von einem absehbaren Impfstoff-Mangel.

Frank Rudolph: Ganz ehrlich, ich bin schockiert und fassungslos. Was unsere Politiker jetzt gerade wieder geboten haben, ist an Dilettantismus kaum noch zu überbieten. Erst hören wir, es gebe Impfstoff in Hülle und Fülle. Dann gibt es plötzlich angeblich nicht mehr genug für das erste Quartal 2022. Es seien halt geplante Lieferungen auf Dezember vorgezogen worden, hört man zur Begründung aus dem Gesundheitsministerium. Wie will man denn eine Impfpflicht erlassen, wenn es gar nicht genügend Impfstoff gibt? Da fragen sich vermutlich nicht wenige Bürgerinnen und Bürger, ob da vielleicht einer nicht die Wahrheit sagt – und wenn ja, wer. Laufend wird etwas verkündet, was gefühlt fünf Minuten später wieder einkassiert wird. So geht Vertrauen in die Politik verloren. Leider hat sich dieser Hick-Hack-Kurs durch das ganze zweite Corona-Jahr gezogen. Auch das hat dazu beigetragen, dass 2021 erneut zu einem Annus horribilis wurde.

Ein „Freedom Day“ war uns in Aussicht gestellt werden. Stattdessen herrschte zum Jahresende bei vielen Fassungslosigkeit. Wie konnte es so weit kommen, was ist falsch gelaufen?

Es gab Anfang 2021 wohl eine gehörige Portion Blauäugigkeit. Aber zugleich gab es doch für die Politik durchaus auch die Möglichkeit, über den sprichwörtlichen Tellerrand hinauszuschauen. In Israel, wo man in Sachen Impfungen uns gegenüber etwa ein halbes Jahr Vorsprung hatte, passierte im April ge-

nau das, was im Herbst auch bei uns geschah: ein exponentieller Anstieg der Inzidenzen. Im Juni haben die Verantwortlichen in Israel gesagt, die Impfwirkung lasse nach, Booster seien unbedingt erforderlich. Bei uns hat sich anscheinend keiner ernsthaft darum gekümmert. Die Politik war komplett im Wahlkampfmodus, da wurde den Leuten nach dem Mund geredet. Und das Wort Corona wurde nach Möglichkeit vermieden. Ganz nach dem Motto „Bloß keine schlechten Nachrichten mitten im Wahlkampf“. Das traf auf Politiker aller Parteien zu. Und dann kam – sorry für die Ironie – eine sensationelle Erkenntnis: Im Herbst wird es kalt draußen und deshalb sitzen die Leute meist drinnen.

Noch Ende Oktober haben uns FDP-Politiker wie der damalige Parlamentarische Geschäftsführer der FDP-Fraktion, Marco Buschmann, erklärt, dass die epidemische Lage von nationaler Tragweite beendet werden müsse und wir nun einen „Freedom Day“ brauchen. Drei Wochen später hieß es, man müsse sich auch mal korrigieren dürfen. Klar, das muss erlaubt sein. Aber es ist höchst bedenklich, wenn das innerhalb so kurzer Zeit nötig wurde und wenn Warnungen so gut wie aller Virologen vor einer Situation ignoriert wurden, wie wir sie jetzt haben.

Das heißt also, die Politiker sind zwar von den Experten richtig beraten worden, haben Ratschläge jedoch ignoriert?

Für mich stellt sich das klar so dar, dass ernstzunehmende Ratschläge ignoriert wurden, damit der Wahlkampf nicht gestört wird. Das war Ignoranz und Arroganz der Macht in einem. Ganz nach dem Motto: „Par ordre du mufti schieben wir Corona mal zur Seite.“ Wir sind permanent hinter den Corona-Wellen hergelaufen. Wir waren bislang nicht

einmal in der Lage, vor eine Welle zu kommen. Und zwar, weil immer wieder elementare Fehler gemacht wurden. Ob es um die Beschaffung von Masken und Schutzkleidung ging oder um die Beschaffung von Impfstoff, die Einrichtung von Impfzentren oder die Übergabe der Impfung an die Hausärzte – die meisten politischen Entscheidungen waren Reaktionen anstelle von vorausschauenden Maßnahmen.

Der neue Bundesgesundheitsminister will nach eigenem Bekunden die Einschätzung von Fachleuten stärker berücksichtigen. Ist Karl Lauterbach mit dem Expertenrat, den er berufen hat, auf dem richtigen Weg?

Er will offenbar, dass die notwendigen Entscheidungen stärker wissenschaftlich fundiert sind. Das ist sinnvoll. Gut ist auch, dass in diesem Beraterstab nicht nur zwei, drei Virologen vertreten sind, von denen man annehmen kann, dass sie im Grunde dieselbe Linie vertreten. Es zeugt von Souveränität und Weitsicht, dass der Minister zum Beispiel auch Professor Hendrik Streeck von der Uniklinik Bonn in dieses Gremium aufgenommen hat, der in der Vergangenheit nicht immer mit Lauterbach und auch nicht mit dem Chefvirologen der Berliner Charité, Christian Drosten, einer Meinung war. Streeck ist



weltweit anerkannt. Dass Lauterbach auf seinen Rat trotz möglicherweise unterschiedlicher Auffassungen nicht verzichten will, zeugt von menschlicher Größe.

Zum Rückblick auf die Gesundheitspolitik im Jahr 2021 gehört auch, dass im Wahlkampf von Sozialdemokraten und Grünen kräftig für eine Einheitskrankenkasse, die sogenannte Bürgerversicherung, getrommelt wurde. Im Koalitionsvertrag der Ampel kommt die aber nicht vor, sondern es bleibt beim dualen System von gesetzlichen und privaten Krankenkassen. Könnte das auch an der Erkenntnis liegen, dass sich das bestehende System in der Pandemie bewährt hat?

Es war tatsächlich nicht zu übersehen, dass dieses System funktioniert hat. Bei allen Fehlern – die nicht vom Gesundheitswesen, sondern von der Politik zu verantworten sind – hat sich unser duales System als robust, widerstandsfähig und verlässlich erwiesen. Das zeigt auch der internationale Vergleich. Das war sicherlich ein starkes Argument für die FDP in den Koalitionsverhandlungen, von Experimenten mit einer Bürgerversicherung in der jetzigen Situation abzuraten. Warum soll man ein im Kern funktionierendes System jetzt von den Füßen auf den Kopf stellen? Wesentlich sinnvoller ist es, das bestehende System weiterzuentwickeln. Es gilt, viele Probleme zu lösen. Darunter der Mangel an Pflegekräften. Aber eine Bürgerversicherung würde ein solches strukturelles Problem nicht lösen. Dafür ist vor allem mehr Geld erforderlich, damit eine bessere Entlohnung und bessere Arbeits- und Ausbildungsbedingungen gewährleistet werden können.

Die Bewältigung der Pandemie war und ist mit erheblichen zusätzlichen Ausgaben verbunden, die den Kostendruck im Gesundheitswesen noch weiter ansteigen lassen. Ist das alles noch mit dem bisherigen System der Finanzierung zu leisten?

Das Problem ist, dass kein Politiker den Schneid hat, klar zu sagen, dass wir endlich auch mal die Beiträge zur gesetzlichen

Krankenversicherung erhöhen müssten. Es gibt den medizinischen Fortschritt, es gibt bessere Operationsmethoden und es gibt neue Medizintechnik wie hocheffektive MRT-Geräte. Da kommen viele Millionen, ja Milliarden zusammen. Doch während die private Krankenversicherung von Jahr zu Jahr teurer wurde, ist die gesetzliche künstlich stabil gehalten worden. Dafür wurde der Bundeszuschuss zum Gesundheitsfonds der gesetzlichen Krankenkassen permanent mit dem Geld der Steuerzahler erhöht.

Im zurückliegenden Jahr hat der Bundestag sogar beschlossen, dass die gesetzlichen Krankenversicherungen 2022 noch eine zusätzliche Milliardenhilfe und damit dann insgesamt 28,5 Milliarden Euro erhalten – sieben Milliarden Euro mehr als eigentlich vorgesehen. Angesichts dessen ist die Argumentation absurd, Privatversicherte würden sich nicht an den Gesundheitskosten beteiligen. Tatsächlich zahlen sie doppelt – einmal für ihre private Krankenversicherung und über ihre Steuern sind sie auch noch an der Finanzierung der gesetzlichen Krankenversicherung beteiligt.

Corona hat auch im Pandemiejahr 2021 einige Kollateralschäden mit sich gebracht. Das Thema Krankenhausreform zum Beispiel scheint dazu zu gehören – oder hat sich da etwas getan?

Das ist von der Bildfläche verschwunden. Damit hat sich kaum noch jemand beschäftigt. Es gab einige Vorschläge, aber das ist alles in der Pandemie untergegangen. Aber viel schlimmer ist natürlich, dass aufgrund der pandemiebedingten starken Auslastung der Intensivstationen sehr viele planbare Operationen verschoben werden mussten. Zudem sind wohl selbst eine Reihe von Herzinfarkten nicht oder erst spät behandelt worden, weil Patienten trotz eindeutiger Symptome nicht gleich ins Krankenhaus gegangen sind. Krebstherapien wurden verschoben, weil es einfach keine Kapazitäten mehr gab.

Täuscht der Eindruck oder sind auch Digitalisierungsvorhaben auf der Strecke geblieben?

Leider ist das so. Denken wir nur mal an die elektronische Patientenakte (ePA), die seit Anfang 2021 für Versicherte der gesetzlichen Krankenkassen angeboten werden muss. Hört man davon etwas? Zum 1. Juli waren alle Ärzte, Physiotherapeuten und Zahnärzte zudem verpflichtet, sich an die ePA anzubinden und die Technologie zu unterstützen. Doch laut Angaben der Gematik GmbH, die mehrheitlich dem Bund gehört und für den Aufbau eines sicheren Gesundheitsdatennetzes verantwortlich ist, nutzten mit Stand September gerade mal rund 250 000 Versicherte in Deutschland die ePA. Offenbar wissen nur wenige Patienten, dass es so etwas überhaupt gibt. Auch das E-Rezept ist trotz eines entsprechenden Gesetzes von der Tagesordnung verschwunden und gehört in gewisser Weise mit zu den Kollateralschäden der Pandemie.

Nach diesem insgesamt ernüchternden Rückblick auf 2021, drängt sich die Frage nach Ihren Hoffnungen für das Jahr 2022 geradezu auf.

Corona wird uns leider noch jahrelang begleiten. Da sollten wir realistisch sein. Für 2022 wünsche ich mir, dass wir die Pandemie so stark eindämmen können, dass im Interesse der Patientinnen und Patienten in den Krankenhäusern wieder eine gewisse Normalität einkehrt. Das heißt, dass alle planbare Operationen auch termingerecht durchgeführt werden können. Ich wünsche mir auch, dass die Beschäftigten in den Krankenhäusern mal wieder zum Luft holen kommen und sich auch mal erholen können. Und ich wünsche mir, dass die Pflegerinnen und Pfleger endlich die finanzielle Wertschätzung erfahren, die sie verdienen. Ich hoffe, dass der neue Gesundheitsminister dieses Problem entschlossen anpackt. Und natürlich wünsche ich mir, dass die Digitalisierung mit Projekten wie dem E-Rezept und der elektronische Patientenakte schneller vorankommt. ●

bvvg-ev.de/start | nawrocki-pr.de

FRANK RUDOLPH

ist mit dem deutschen Gesundheitswesen – seinen Vorzügen wie seinen Problemen – bestens vertraut. Die Folgen gesundheitspolitischer Weichenstellungen, insbesondere das Verhältnis von Kosten und Nutzen in der medizinischen Versorgung,

sind Dauerthemen für den Geschäftsführer des Bundesverbandes Verrechnungsstellen Gesundheit. Der 1960 in Essen geborene Betriebswirt war von 2007 bis 2013 Mitglied der Bundeskommission Gesundheit und ist bis heute Mitglied der

Mittelstands- und Wirtschaftsvereinigung der CDU/CSU. Seit 2007 ist Frank Rudolph 1. stellvertretender Vorsitzender des Gesundheitspolitischen Arbeitskreises der CDU NRW.



MITARBEITERAKTION – **DIE PVS KÜRTE DAS SCHÖNSTE KARNEVALSFOTO**

Beim Fotowettbewerb „Mein schönstes Kostümfoto“ durften die Mitarbeiterinnen und Mitarbeiter der PVS wieder anonym im Unternehmens-Intranet für ihren Favoriten abstimmen. Hier nun unsere Gewinner auf den Plätzen 1 bis 3, denen wir ganz herzlich gratulieren! Wir bedanken uns für die rege Teilnahme und freuen uns auf die nächste Fotoaktion. ●



**LESEN SIE DIE
PVS EINBLICK JETZT
AUCH ONLINE**

pvs-einblick.de



PVS einblick GEWINNSPIEL

Gewinnen Sie eins von drei

**FRÜHSTÜCKSPAKETEN VON
oatsome & roastmarket**

Beantworten Sie folgende Frage:

**Wie nennt man eine in Europa bisher weniger bekannte
säuerliche Zitrusfrucht, die in Japan kultiviert wird?**

Die Antwort finden Sie in dieser Ausgabe.



Inhalt: Public Coffee Roasters La Paz Bio und Wittmann Kaffee Kaffeemischung, 2er Set anna&finn Kaffeegläser (roastmarket), 3er Pack Smoothie Bowls – Löffel Lieblinge (oatsome)

Schicken Sie uns die Lösung unter Angabe Ihrer Kundennummer bzw. Ihres Namens und Adresse bis zum 15. April 2022 an:

Redaktion PVS Einblick
Remscheider Str. 16
45481 Mülheim an der Ruhr
oder: gewinnspiel@ihre-pvs.de

**Die Gewinnerin der letzten Ausgabe
(PVS einblick 4/21):**
Christine Guzy (Brunsbüttel)
Das Lösungswort war „rheuma2025.de“.

Die Daten werden ausschließlich für die Zwecke des Gewinnspiels verwendet. Die Gewinner werden in der nächsten Ausgabe veröffentlicht und schriftlich benachrichtigt. Barauszahlung ist nicht möglich. Der Rechtsweg ist ausgeschlossen. Mitarbeiter der PVS sind vom Gewinnspiel ausgeschlossen.

IMPRESSUM

PVS holding GmbH

v. i. S. d. P.:
Gerd Oelsner
Dieter Ludwig
Monika Heckert

Titelbild

© Andrii Zastrozhnov
(stock.adobe.com)

Redaktion

Robert Targan (RT)
roberttargan.de
Esther Zisch

Grafik

Esther Zisch

Druck

Königsdruck Berlin

Auflage

20.000
auch als Online-Magazin:
pvs-einblick.de

Erscheinungsintervall

Vierteljährlich

Remscheider Str. 16
45481 Mülheim an der Ruhr

Tel. 0208 4847-281

Fax 0208 4847-399

pvs-einblick@ihre-pvs.de
ihre-pvs.de

Unternehmensstruktur

GESELLSCHAFTER



Privatärztliche VerrechnungsStelle
Rhein-Ruhr/Berlin-Brandenburg e. V.
Ärztliche Gemeinschaftseinrichtung

DACHGESELLSCHAFT



ABRECHNUNG IM GESUNDHEITSWESEN

Mitglied im



OPERATIVE GESELLSCHAFTEN



JETZT
BEWERBEN AUF
ihre-pvs.de/jobs

UNSER TEAM SUCHT VERSTÄRKUNG

Unsere IT hat viel vor. Seien Sie dabei! Im rund 30-köpfigen Team schaffen wir engagiert innovative Lösungen. Als Softwaretester spielen Sie alle möglichen Eventualitäten bei der Nutzung unserer Software durch – solange, bis alles funktioniert. Gut dokumentiert stellen Sie Qualität und Nutzerfreundlichkeit für Ihre Kollegen sicher.

- » MITARBEITER IT-SERVICE UND HELPDESK (W/M/D)
- » ORACLE DATENBANK-ADMINISTRATOR (W/M/D)
- » SOFTWARE-TESTER (W/M/D)

IHRE BENEFITS

- » Einzel- oder Zweier-Büros mit leistungsstarker Hardware-Ausstattung
- » Vollzeit: 38,75 Stunden, kurzer Freitag
- » flexible Arbeitszeiten (Gleitzeit, Home-Office)
- » 30 Urlaubstage plus bis zu 7 tarifliche freie Tage
- » umfassendes Onboarding und individuelle Weiterbildung
- » eigenverantwortliches Arbeiten im Team
- » Fahrtkostenzuschuss und kostenlose Parkplätze
- » Betriebsrestaurant, kostenloser Kaffee & Tee
- » betriebliches Gesundheits- und Ideenmanagement



ABRECHNUNG IM GESUNDHEITSWESEN

PVS holding GmbH

Recruiting

Remscheider Str. 16
45481 Mülheim an der Ruhr
recruiting@ihre-pvs.de
Tel. 0208 4847-140

ihre-pvs.de/jobs

750
Mitarbeiter

7,1 Mio.
Rechnungen

9.100
Kunden



Top 2022
Company





**UNSER SERVICE
FÜR IHRE PRIVAT-
ABRECHNUNG –
ONLINE
PRÄSENTIERT.**

SEBASTIAN HUBER
Sales Manager

**IHRE PVS
IN 30 MINUTEN**

ÜBERZEUGEN SIE SICH

von den Vorteilen der PVS in unserer informativen Online-Vorstellung.

Unabhängig davon, ob Sie bereits mit einem Dienstleister zusammenarbeiten oder die Privat-abrechnung noch selbst erledigen, ein Vergleich lohnt sich immer!



Anmeldung über
den QR-Code oder

ihre-pvs.de/30