



Österreichs Fachzeitschrift für Gesundheits-, Kranken- und Altenpflege®

Newsletter Nr. 42-2006

(ISSN 1024-6908)

21. Jahrgang – 04. November 2006

Geschätzte Leserinnen und Leser !

Wenn Sie diesen Newsletter zukünftig nicht mehr erhalten möchten, klicken Sie bitte hier:

office@lazarus.at?subject=LAZARUS-NEWSLETTER%20ABMELDEN

Alle früheren Wochenausgaben aus 2005 und 2006 sind im PflegeNetzWerk

www.LAZARUS.at (Archiv auf der Startseite) als Download verfügbar

Kampagne gegen SIDS sorgt für Aufregung:

„Schnuller-Krieg“ zwischen Graz und Wien?

Einen Glaubenskrieg pro und contra Schnuller bzw. Stillen als beste Vorsorge gegen den „plötzlichen Kindstod“ (sudden infant death syndrome – SIDS) hat die US-Akademie für Kinderheilkunde mit ihrer jüngsten Empfehlung, Schnuller als SIDS-Schutz einzusetzen, in Österreich ausgelöst. Die einen Studien sehen eine bis zu 90prozentige Verringerung des SIDS-Risikos durch Sauger (u. a. die Grazer Uni-Klinik) – während andere Expert/innen (u. a. AKH-Uniklinik Wien) professionell davon überzeugt sind, dass das Stillen die nachweislich beste Vorbeugung sei. Eine Verunsicherung stillender Mütter, die ihren Säuglingen keine Schnuller geben, ist vorprogrammiert ...

Einer der wichtigsten Schutzfaktoren vor SIDS – da sind sich die Expert/innen einig – ist eine gute Mutter-Kind-Bindung. Und diese wird durch das Stillen besonders gefördert (siehe www.stillen.at). Ob die US-Akademie mit ihrer Schnuller-Empfehlung vielleicht doch vorschnell gehandelt hat, könnte deshalb vermutet werden, weil sich auch einige der Studienautor/innen selbst von dieser Schlussfolgerung distanzieren. Bleibt uns wohl nur noch der Hausverstand, auf den Punkt gebracht von Prim. Dr. Franz Paky (LKH Vöcklabruck, OÖ.): „Es ist biologisch nicht nachvollziehbar, dass ein in den Mund gesteckter Fremdkörper(!) das Überleben von Babys begünstigen könnte“ (KURIER, 30. Oktober 2006, 17).

Fazit bleibt: Einige bewährte Regeln einzuhalten ist und bleibt die beste Vorsorge:

Vorsorgemaßnahmen gegen SIDS (Quelle: www.sids.at):

Lassen Sie Ihr Baby nicht allein! Stress durch Alleinsein, Unruhe und seelische Belastungen in der Familie sind Risikofaktoren

Legen Sie Ihr Baby während des Schlafs auf den Rücken! Die Seitenlage gilt als weniger effektiv, da sie weniger stabil ist

Verwenden Sie eine **feste Matratze, und keinen Kopfpolster!**

Rauchen Sie nicht in der Schwangerschaft, sorgen Sie für eine **rauchfreie Umgebung** Ihres Kindes (begünstigt gefährliche Atemwegsinfektionen)

Vermeiden Sie eine Überwärmung Ihres Kindes!

Nach dem ersten Lebensmonat benötigt Ihr Kind in der Wohnung nicht mehr Bekleidung als Sie selbst. Zum Schlafen genügen eine Windel, ein Schlafanzug und eine dünne Decke. Die ideale Raumtemperatur liegt bei 18 bis 20 Grad. Bei höheren Temperaturen oder Fieber ziehen Sie Ihrem Baby weniger an.

Säuglinge sollten - wenn möglich - gestillt werden.

Muttermilch ist die beste Nahrung für Babies und beugt Allergien und Infektionen vor. Beim Stillen bekommt Ihr Kind den nötigen Körperkontakt. Diesen sollte es aber auch ohne Stillen regelmäßig erhalten.

Gehen Sie regelmäßig zu den Mutter-Kind-Pass-Untersuchungen.

Offene Tür am 11. November:

Willkommen im neuen DKH Schladming

Der Neubau des Diakonissen-Krankenhauses Schladming, Stmk. geht am 17. November 2006 in Betrieb. Davor lädt die Krankenhausleitung die Bevölkerung herzlich zu einem Rundgang ein: Am Samstag, 11. November von 12 – 17 Uhr an der neuen Adresse: A. ö. Diakonissen-Krankenhaus, Salzburger Straße 777, 8970 Schladming, Neue Tel.: 03687-2020-0.

Das neue DKH verfügt über 100 Betten, 6 Intensivbetten und 6 Dialyseplätze und kann in tourismusintensiven Monaten die Kapazität um 17 weitere Betten steigern. Die modern ausgestatteten OP-, Ambulanz- und Diagnostikbereiche garantieren dem Patienten eine optimale medizinische Versorgung. Die offizielle Einweihung findet im Juni 2007 statt.

* * *

Alte Menschen mit Behinderungen:

Integrierte Pflege-Software

Das renommierte System-Haus C&S EDV-Service und Entwicklung GmbH (Wels, OÖ.) – seit 1992 in Österreich, Deutschland und der Schweiz ausschließlich in den Bereichen Altenpflege, Behindertenhilfe, offene Sozialarbeit, Vorsorge und Rehabilitation tätig - wird wieder einmal als wichtiger Innovator aktiv: Bis heute werden in

vielen Einrichtungen für alte Menschen mit Behinderung getrennte Planungen in den Bereichen Betreuung und Pflege durchgeführt. Ein ganzheitlicher Ansatz, der beide Bereiche voll berücksichtigt, war bisher in dieser Durchgängigkeit nicht gegeben.

C&S stellt demnächst die seit 2004 erfolgreich getestete Version 2.0 der Integrierten Förder-, Betreuungs- und Pflegeplanung für alte Menschen mit Behinderungen (IFBP) im Rahmen der „assista“ Dornbirn vom 16. –18. November 2006 (Halle 13, Stand C6) erstmals der Öffentlichkeit vor.

Mit der auf der Branchenlösung C&S CareWare® basierenden IFBP können Einrichtungen und Dienste der Behindertenhilfe diese nunmehr auch in einer optimierten Form umsetzen. Beginnend mit einem Assessment zur Erhebung des individuellen Hilfe- und Pflegebedarfs, werden alle Bereiche von der Zielformulierung über die Ressourcenfeststellung, Maßnahmendefinition, Durchführungsdokumentation bis hin zur Evaluation in einem System abgebildet. Die Erfahrungen im praktischen Einsatz zeigen, dass damit die Qualität der Betreuung und Pflege signifikant verbessert werden kann und gleichzeitig die direkte Betreuungszeit für alte Menschen mit Behinderungen erhöht wird.

Weitere Informationen können direkt unter Email: info@managingcare.at oder online auf www.managingcare.at angefordert werden.

* * *

Fachkongress Pflege – 26.-27. Jänner 2007, Berlin:

Fehler suchen – Fehler vermeiden

Der Fachkongress Pflege 2007 in Berlin widmet sich Fehler- und Risk-Management in der Pflege: Diese gehören auf die Agenda von Pflegediensten – egal ob in Klinik, Heim oder in der Hauskrankenpflege. Für diese Notwendigkeit will der Berliner Fachkongress rund 1.000 Teilnehmer/innen – Pflegefachkräfte, Pflegemanager sowie Auszubildende und Studierende – sensibilisieren.

„Pfleger müssen die Suche nach Fehlern als Chance begreifen, um neue Fehler zu vermeiden“, betont Rolf Höfert, Geschäftsführer des Deutschen Pflegeverbandes (DPV) und Mitglied im Kongressbeirat. „Fehlerkonferenzen – richtig gemacht – können zu einem Wettbewerbsvorteil des Krankenhauses oder der Pflegeeinrichtung werden.“ Die Ursachenforschung von Fehlern gehe Pflegemitarbeiter/innen wie Pflegemanagement gleichermaßen an, betont der Pflegerechtsexperte.

Die inhaltliche Gestaltung des Pflegemanagement-Kongresses am zweiten Tag erfolgt wieder in Kooperation mit dem Verband Bundesarbeitsgemeinschaft Leitender Pflegepersonen (BALK). Das Rahmenprogramm des Gesamtkongresses umfasst u. a. auch Posterpräsentationen zu aktuellen Forschungsprojekten in der Pflege. Auf dem Fachprogramm stehen Vorträge u. a. zu folgenden Themen:

- Qualitätsmanagementsysteme – Was macht Sinn?
- Medikationsmissbrauch – zwangsläufig oder vermeidbar?
- Telematik in der Pflege

- Vernetzung von Expertenstandards – wie?
- Pflegepersonal wird knapper – wie gegensteuern?

Ergänzend dazu finden an beiden Tagen Workshops und Seminare statt. So werden aktuelle Veränderungen im Krankenhaus aus Sicht der Stationsleitungen diskutiert. Den Stationsleitungen kommt bei der praktischen Umsetzung neuer Strukturen und Ideen im Krankenhaus eine zunehmend wichtige Rolle zu. Außerdem werden Vor- und Nachteile von Demenz-Wohngemeinschaften erörtert, auch dem Thema „Selbstpflege von Pflegenden“ sind Workshops gewidmet.

Infos und Anmeldung: Urban & Vogel GmbH Kongressorganisation, 10245 Berlin
 Projektleiterin: Andrea Tauchert, Tel.: 0049-30-204 5603, tauchert@urban-vogel.de

* * *

Leserbrief zum KURIER-Bericht „Harte Kritik an Altenheimen“ bzw. der Stellungnahme Prof. Erwin Böhms in der vorwöchigen LAZARUS Ausgabe: Milchmädchenrechnungen steigern die Kosten !

Ich habe den Artikel und die Stellungnahme von Prof. Böhm gelesen. Ich bin selber Dozent für Pflege in Frankfurt und kann die Grundaussage von Böhm nur unterstreichen.

"aufleben statt aufheben"

Wo ich jedoch nicht konform mit ihm gehe, ist die Tatsache, dass er andere Pflegemodelle angreift. Das Pflegemodell von Monika Krohwinkel mit oder ohne meine Erweiterung bildet genau das ab, was Prof. Böhm will. Sie bezieht sich voll und ganz bei den AEDL´s auf die Biographie, auf die existentiellen Erfahrungen, die ein Mensch gemacht hat.

Aber auch Haustiere sind in oder an der Einrichtung zu begrüßen, da sie vielfach passive Bewohner dazu bewegen, aktiv zu werden.

Ebenso macht sich eine ausgebildete Validationskraft deutlich bemerkbar.

Wir haben in den letzten Jahren z.B. in einem Seniorenzentrum bei Wien versucht eine neue Art der Pflege, in Anlehnung an die "Eden-Alternative" durchzuführen, was auch anfänglich funktionierte und nur scheiterte, weil die Führung der Trägerorganisation versagte bzw. falsch kalkulierte und wichtige Anschaffungen (wie z.B. eine Pflegedokumentation über EDV) nicht tätigte. Gerade eine EDV in der Pflege (wie z.B. „Opus Curare“) amortisiert sich in kürzester Zeit und stellt die Daten bereit, die gebraucht werden, um die nötigen finanziellen Mittel und das nötige Personal zu bekommen. Es scheiterte also am Geld - nicht am Pflegepersonal.

Es sind wirklich vielfach die verantwortlichen Träger der Einrichtungen, die ein "Weiterkommen und Weiterentwickeln" der einzelnen Einrichtungen verhindern, weil sie wirtschaftlich falsch denken und ihre Engstirnigkeit nicht ablegen. Durch ihre "Milchmädchenrechnungen" machen sie vieles teurer und unwirtschaftlicher als es sein müsste und wundern sich dann, wenn ihnen die Kosten weglaufen.

Jede Einrichtung, die eine effektive Ausfallquote von über 20% hat, macht was falsch !
 Mehr ist gerade in der Pflege vielfach weniger, d.h. wenn ich mehr Personal einstelle als ich muss, verringere ich in der Regel erheblich die Ausfallquoten, was die Kosten - trotz dem Mehr an Personal - deutlich senkt.

Den letzten Satz von Prof. Böhm`s Stellungnahme kann ich auch nur unterstreichen. Jedoch

seine Hoffnung, dass Politiker/innen älter werden und dadurch eine andere Meinung bekommen, kann ich nicht teilen. Politiker sind gerade was das reale Geschehen anbelangt dermaßen weltfremd, dass sie sich nie ändern werden, weil es sie persönlich nie betreffen wird. Sie haben die Mittel, eigene Pflegekräfte rund um die Uhr zu beschäftigen, wenn sie nicht mehr können.

René Marcel Sernow
[Geschäftsführer GPS Linden](#)

* * *

Abschied für ein Vorbild als Innovatorin, Netzwerkerin und Kommunikatorin: Tatkräftige Visionärin für eine bessere Pflege

Frau Reinhilde Hufnagl, Direktorin der Schule für Gesundheits- und Krankenpflege am BFI Salzburg wurde Ende September 2006 feierlich in die Pension verabschiedet. In seiner Laudatio würdigte BFI-Direktor Dr. Uitz Frau Hufnagl als eine Person „mit Visionen, klaren Zielvorstellungen und hohem persönlichen Engagement – eine Frau der Tat und mit beiden Beinen auf der Erde“. Ihre berufspolitisch wahrscheinlich wichtigste Idee führte 1991 zur Gründung einer Krankenpflegeschule für den zweiten Bildungsweg im Rahmen einer Erwachsenenbildungsinstitution - außerhalb eines Krankenhauses, in Kooperation mit mehreren Krankenhäusern und Pflegeheimen. Mit dieser ihrer Innovation wurde der Pflegeausbildung eine neue Zielgruppe erschlossen und dem damals im Bundesland Salzburg latenten Pflegenotstand v. a. in Altenpflegeeinrichtungen gezielt entgegen gewirkt.

Reinhilde Hufnagl diplomierte im Jahr 1969, wenige Jahre später erwarb sie auch ein Diplom in der Psychiatrischen Krankenpflege. Jahre in der Pflegepraxis sowie berufliche Auslandserfahrung in den USA und in der Schweiz machten sie fit für ihre langjährige Tätigkeit als Pflegelehrerin. Lebenslanges Lernen war für sie eine Selbstverständlichkeit, noch lange bevor dieser Terminus durch die Bildungslandschaft schwirrte. Neben der Sonderausbildung für Lehrende absolvierte sie u. a. eine Psychotherapieausbildung und qualifizierte sich als Supervisorin. Mit vielseitiger Kompetenz war sie zudem sieben Jahre Pflegedirektorin im Krankenhaus Hallein, bevor sie im Jahr 1991 die Schulgründung am BFI Salzburg initiierte.

Während all der Jahrzehnte hat Frau Hufnagl ihre Position für die Pflege berufspolitisch in zahllosen Diskussionen, Arbeitskreisen und Arbeitsprogrammen eingebracht und damit Anstöße für Entwicklungen – auch solche, die in weiterer Folge in Gesetze eingeflossen sind – geliefert. Wer sie kennt weiß, dass sie auch in ihrem Ruhestand nicht gänzlich aus ihrem Engagement für die Pflege aussteigen und die Entwicklungen der Berufsgruppe mit Interesse verfolgen wird.

Neue Direktorin der Pflegeschule ist nun seit 1. Oktober 2006 Frau Mag^a Waltraud Gruber-Hofmann. Sie hat neben ihrer mehrjährigen Tätigkeit als Lehrerin für GUK ein Studium der Erziehungswissenschaft abgeschlossen sowie einen viersemestrigen Lehrgang für Bildungsmanagement absolviert. Als Trainerin für PBL hat sie ihr Interesse für Lehr-Lernmethoden weiter fokussiert. Damit dürfen wir uns im Lehrteam durch Frau Gruber-Hofmanns Leitung wesentliche Impulse für die pädagogisch-didaktische Ausrichtung unserer Schule erwarten.

Mag^a Th. Frauenlob

* * *

Gastbeitrag:

Illegale Pflege und Betreuung in Tirol

Das Ausbildungszentrum West für Gesundheitsberufe der TILAK GmbH führte im September 2006 bei den 64 Sozial- und Gesundheitssprengeln (im folgenden: SGS) in Tirol eine standardisierte Telefonumfrage zum Thema „Illegale Pflege in Tirol“ durch. Bei 83% der Tiroler Sprengel ist die Beschäftigung von 420 bis 520 illegalen Pflegekräften bekannt. 40% der SGS arbeiten mit diesen zusammen. Nur 19% der Sprengel können sich derzeit die Übernahme der illegal betreuten Pflegebedürftigen vorstellen. Ein Rechenbeispiel zeigt: Die Legalisierung der illegalen Pflegekräfte erscheint in der Realität die einzig umsetzbare Lösung zu sein.

Auch in Tirol war die Diskussion über die illegale Pflege ein zentrales Sommerthema. Da es keine konkreten Daten gab, entschied sich das Ausbildungszentrum West für Gesundheitsberufe im Zuge der dritten Tiroler Personalbedarfserhebung im Gesundheitswesen, diese zusätzliche Fragestellung zu beleuchten:

Das Bundesland Tirol ist flächendeckend mit Sozial- und Gesundheitssprengeln ausgestattet, die einen sehr guten Überblick über die Betreuungsnotwendigkeiten der jeweiligen Bevölkerung haben. Ein Sprengel hat durchschnittlich 10.000 Einwohner zu betreuen. Im Zuge der standardisierten Telefonumfrage wurden 64 SGS zum Thema „Illegale Pflege in Tirol“ kontaktiert.

Beschäftigung von illegalen (Pflege)kräften weitgehend bekannt

In 11 Sprengeln sind keine Pflegebedürftigen bekannt, die zu Hause von illegal beschäftigten Personen gepflegt werden. In 53 SGS (83%) sind derartige Beschäftigungsverhältnisse bekannt. Nach ihren Angaben werden derzeit zwischen 420 und 520 Personen von illegalen Kräften betreut. Die Dunkelziffer dürfte um einiges darüber liegen.

Zusammenarbeit mit illegalen Pflegekräften

Eine Zusammenarbeit mit den illegal Beschäftigten gibt es bei 22 bzw. 40% der Sprengel in folgender Form:

- Arbeitsteilung: Die Mitarbeiter des Sprengels führen die Pflegetätigkeiten durch und die illegale Kraft übernimmt die 24-Stunden Betreuung.
- Die Sprengel werden gebeten, Informationen zum Sozialsystem zu geben und/oder das Pflegebett sowie diverse Pflegehilfsmittel bereit zu stellen. Die Betreuung und die Pflege übernimmt die illegale Kraft.
- Der Sprengel wird um Kontrollmaßnahmen hinsichtlich der erfolgten illegalen Pflege ersucht, soll somit die Qualität der Leistungserbringung hinterfragen.

In 31 Sprengel wird eine Zusammenarbeit mit den illegal Beschäftigten aus unterschiedlichen Gründen abgelehnt:

- Es ergeben sich rechtliche Probleme im Zuge der Verantwortung gegenüber dem Patienten, damit verbunden Haftungsprobleme, aber auch arbeits- und berufsrechtliche Probleme. Diese Sprengel lehnen jede Zusammenarbeit von vornherein ab.

- Mehrfach genannt wurde, dass offiziell angebotene Leistungen den Betroffenen (trotz Unterstützung der Tarife durch Land Tirol und Gemeinden) zu teuer sind.
- Eine Zusammenarbeit ist nicht notwendig, da die Arbeit der illegalen Kräfte mit guter Qualität durchgeführt wird und es sich bei einem Teil der illegalen Arbeit um Betreuungstätigkeiten und nicht um Pflegemaßnahmen handelt.

Im Zuge der Telefonbefragung wurde hinterfragt, ob die pflegebedürftigen Personen eine Zusammenarbeit mit jenen Sprengeln wünschen, die von sich aus die Zusammenarbeit bei illegalen Beschäftigungssituationen ablehnen:

- Viele Pflegebedürftige haben wegen der deutlich steigenden Kosten kein Interesse an dieser Zusammenarbeit.
- Einige Pflegebedürftige würden sich diese Zusammenarbeit wünschen, die Angehörigen lehnen dies aus unterschiedlichen Motiven jedoch ab.
- Bei zahlreichen Pflegebedürftigen wäre eine Zusammenarbeit nicht notwendig, weil sie ausreichend und zufrieden stellend von den illegalen Kräften betreut werden.

Hinterfragt man, ob die Sozial- und Gesundheitssprengel derzeit die Personalkapazitäten hätten, diese zusätzliche Aufgabe zu übernehmen, wird es problematisch: Speziell bei der 24-Stunden-Betreuung hätten 2/3 der SGS keine Möglichkeit, diesen Bedarf zu decken. Nur 19% der Tiroler Sprengel können sich derzeit die Übernahme der illegal betreuten Pflegebedürftigen zusätzlich vorstellen und hätten auch die Personalreserven dafür.

Legalisierung bedeutet deutliche Kostensteigerungen

In Tirol wird für die 24-Stunden-Betreuung derzeit rund 1.300 Euro pro Monat an die illegalen Beschäftigten gezahlt. Diesen Betrag, ohne irgendeinen Abzug da ja schwarz ausgezahlt, teilen sich zwei Personen, die jeweils 14 Tage durchgehend den Dienst absolvieren und dann wieder in ihre Heimat zurückkehren. Diese Personen werden in ihrer Heimat normalerweise mit ca. 300 Euro Monatsverdienst entlohnt. Somit können sie in Österreich das Doppelte als Monatsverdienst lukrieren und das in der halben Zeit. Dazu kommen noch Fahrkosten, die in Tirol für zwei Betreuungspersonen mit 300 bis 400 Euro zu Buche schlagen. Somit liegt derzeit in Tirol der Gesamtaufwand bei rund 1.600 bis 1.700 Euro zuzüglich freier Kost und Logis.

Nach der Legalisierung - z.B. durch Änderungen beim Hausangestelltengesetz - wäre es möglich, die 24-Stunden-Betreuung samt Pflege legal abwickeln zu können. Erste Hochrechnungen lassen den Glauben daran rasch schwinden, dass sich am „Pfuscherwesen“ im Rahmen der Pflege zu Hause etwas ändern könnte.

Derzeit verdienen Absolvent/innen einer dreijährigen Diplompflegeausbildung in Tirol in Gesundheitseinrichtung monatlich mindestens 2.000 Euro brutto im Rahmen einer 40- Stunden-Woche (ohne Sonn- und Feiertags- oder Nachtzulage). Würde dieser Bruttolohn für die bisherigen illegalen Arbeiten als Basislohn herangezogen werden, würde das zu 3.100 Euro Kosten pro Monat für den zu Pflegenden führen (13. und 14. Monatsgehalt, Dienstgeberbeiträge zur Sozialversicherung sowie div. sonstige Abgaben eingerechnet). Mit 3.100 Euro wäre eine Verdoppelung der Kosten für die Pflege zu Hause gegenüber der illegalen Pflege gegeben. Aufgrund der österreichischen (Sozial- und Arbeits-)Gesetzgebung kann man auch nach der Legalisierung

eher davon ausgehen, dass trotz Verdoppelung der Monatskosten eine durchgehende 24-Stunden-Betreuung über das gesamte Monat nicht umgesetzt werden kann.

Würde die bisherige Entlohnung in Höhe von 1.300 Euro künftig die Basis für die Bruttoentlohnung sein, würde sich die Monatsbelastung für den zu Pflegenden durch die Zusatzkosten (13. und 14. Monatsgehalt, Dienstgeberbeiträge etc.) auf rund 1.980 Euro belaufen. Der Dienstnehmer würde nicht mehr wie heute die 1.300 Euro auf die Hand bekommen, sondern müssten seinen Teil an Sozialversicherung und Lohnsteuer in Abzug bringen.

Die Sozialpolitik hat somit einen neuen Zielkonflikt bekommen. Gewerkschaftsseitig wird angestrebt, die österreichischen Mindeststandards im Rahmen von Arbeitszeit und Entlohnung beizubehalten. Auf der anderen Seite stehen Pflegebedürftige: Sie wünschen sich eine qualitätsvolle Arbeitsleistung so lange wie möglich bei ihnen zu Hause, rund um die Uhr und zu einem akzeptablen Preis.

Diesen Zielkonflikt in der Sozialpolitik gilt es einer guten Lösung zuzuführen. Eine Lösung, die insgesamt zu einer 20 bis 30%igen Preissteigerung für die Betroffenen führt, dann aber auf einem legalen Boden stattfindet, erscheint in der Realität als einzig umsetzbar.

*Mag. Walter Draxl, MSc
Dr. Waltraud Buchberger, MSc*

* * *

Buch-Tipp - Mutige Ernährungs-Aufklärung:

... Nichts als die Wahrheit?

Sven-David Müller-Nothmann, Prof. Dr. Michael Vogt, Doreen Nothmann: **Moderne Ernährungsmärchen**, 2. akt. und erw. Auflage, Schlütersche, Hannover, ISBN 10-3-899963-524-1

Jetzt ist die zweite Auflage des revolutionären Aufklärungsbuches „Moderne Ernährungsmärchen“ erschienen und wurde gestern vom Autorentrio präsentiert. Das Buch räumt mit Halbwahrheiten auf und deckt die Machenschaften der Absatz- und Ernährungslobby vorbehaltlos auf, erläuterte der Medizinjournalist und Ernährungsexperte Müller-Nothmann: „Wir konnten über 70 Märchen aufklären und damit Sicherheit für eine gesunde Ernährungsweise geben“, erklärte der im Vorjahr vom deutschen Bundespräsidenten für seine Verdienste um die Ernährungsaufklärung mit dem Bundesverdienstkreuz ausgezeichnete CO-Autor.

Im letzten Kapitel „Nichts als die Wahrheit“ finden die interessierten Leser/innen eine Anleitung, wie Essen und Trinken die Gesundheit fördern und Krankheit vermeiden. In der Absatzförderung von Zucker oder Butter ist es üblich, Süßstoff oder Margarine zu verunglimpfen, um das eigene Produkt wertvoller erscheinen zu lassen. Und umgekehrt gilt natürlich das gleiche. Am Ende steht der Verbraucher im Supermarkt und weiß nicht mehr, was er kaufen und ohne Angst essen kann, kritisiert die Ernährungswissenschaftlerin Doreen Nothmann. Dabei ist wissenschaftlich geklärt, dass Zucker, Salz, Süßstoff sowie viele Fette nicht die Buhmänner der Ernährungswelt sind, für die sie die Medien immer wieder erklären.

Immer wieder beweisen Analysen, dass Gemüse und Obst heute genauso reich an Vitaminen und Mineralstoffen sind, wie in der Vergangenheit. Andererseits gibt es einen totgeschwiegenen Mangel an den Vitaminen D, Biotin und Folsäure. Der Ernährungswert von Olivenöl entstammt mehr den Wünschen der EG-Lobbyisten als den Ergebnissen der Ernährungswissenschaft, denn Raps-, Lein- und Nussöle sind hochwertiger als Olivenöl.

Problematisch ist, dass immer mehr Nichtexpert/innen die Ernährungsaufklärung betreiben, so die Autor/innen: Es sei nur noch als peinlich zu bezeichnen, was viele TV-Köche über die Ernährung äußern. Warum Psychologen, Lebensmittelchemiker oder Fitness-Gurus plötzlich Ahnung von der Ernährungsphysiologie haben, bleibt ihr Geheimnis. Durch Ausbildung oder Studium sind ausschließlich Diätassistent/innen (in Österreich: Diätolog/innen) und Ernährungswissenschaftler/innen ausreichend für eine adäquate Diät- und Ernährungsberatung qualifiziert, betonen die Autoren mit Nachdruck.

Ernährungswissenschaft und Diätetik sprechen eine deutliche Sprache: Wenn Süßstoff tatsächlich einen Masteffekt hätte und Zucker süchtig machen würde, wäre Süßstoff ein verschreibungspflichtiges Medikament und Zucker hätte Warnhinweise auf der Verpackung oder sein Konsum würde strafrechtlich verfolgt. Und wenn Süßstoff Krebs auslösen könnte, wäre er verboten. Die Butter als Dickmacher und Auslöser von Herzinfarkt zu verteufeln, bedeutet zu ignorieren, dass Margarine genauso viele Kalorien enthält und dass Butter reich an der wertvollen konjugierten Linolsäure (CLA) ist, die sogar vor Krebs schützen kann.

Grundsätzlich müssen wir Ernährungsbotschaften regelmäßig überprüfen, denn die Ernährungswissenschaft ist im Fluss. Während in der Vergangenheit Expert/innen oftmals Konserven als minderwertig darstellten, ist heute wissenschaftlich bewiesen, dass Gemüse und Obst aus Konserven besser ist als überlagerte Frischprodukte. Außerdem ist die Bioverfügbarkeit der Vitamine höher als bei frischem Gemüse und Obst. Daher sollten pflanzliche Produkte frisch und gekocht auf dem Teller landen.

* * *

1. Europ. Info-Tag der Gesundheit & Sexualität

Mittwoch, 6. Dezember 2006, 10.30 - 18.00 Uhr, Wiener Rathaus, Festsaal

Eintritt frei und alle Angebote kostenlos! Moderation: Martina Rupp

Erstmals gibt es einen Informationstag über Sexualstörungen und Sexuallyerkrankungen. Top-Fachleute referieren und diskutieren mit dem Publikum über Themen wie Sex in der Jugend, Essstörungen, Verhütung, Selbstliebe, vorzeitiger Samenerguss, Homosexualität, Sex im Alter, Übergewicht, Chinesische Medizin, Homöopathische Medizin, über Lust und Frust, Schwangerschaft und Schmerz beim Sex.

Vorbeugung, Diagnose, psychische und soziale Auswirkungen, Krisensituationen, Beziehungsprobleme, Behandlung und Rehabilitation – alle Fragen rund um Sexualität werden beantwortet. Beratungen und Gesundheits-Checks an Info-Ständen sowie Schnupperseminare ergänzen das Programm.

Highlights:

11.30 - 13.00 Uhr: „Anleitung zur sexuellen Unzufriedenheit“ (Film, Bernhard Ludwig)

13.00 Uhr: Publikumsdiskussion mit Expert/innen

Gesundheitspass mit Cholesterin, Blutdruck, Langzeitblutzuckermessung.
HIV-Präventionsberatung, Haltungs- und Bewegungstest, Diabetes-Risikotest sowie
gynäkologische, urologische, onkologische und sexualmedizinische Sprechstunden.
Ernährungs- und Diätberatung, homöopathische Beratung, Raucherberatung

* * *

Eine x'unde, erfüllte Arbeitswoche wünscht Ihnen

Erich M. Hofer
Gründer & Chefredakteur

Impressum:

Medienbüro LAZARUS
A-3062 Kirchstetten, NÖ.
E-mail: office@lazarus.at

PflegeNetzWerk: www.LAZARUS.at