

## Indikationen für eine Ernährungsberatung

### Medizinische Ernährungstherapie z. B. bei

- Bluthochdruck, Gicht (erhöhte Harnsäurewerte)
- Diabetes mellitus, Insulinresistenz, Prädiabetes
- Lebensmittelunverträglichkeiten, z. B. Laktose- oder Histaminintoleranz, Fructosemalabsorption, Zöliakie, Allergien
- Fettstoffwechselstörung, z. B. Cholesterin, Triglyceride
- Magen-Darmerkrankungen, z. B. Divertikulitis, Morbus Crohn, Colitis Ulcerosa, Reizdarm, Zustand nach Resektion
- Darmaufbau nach Antibiotika-Einnahme (Probiotika)
- Über- und Untergewicht, Lipödem, PCOS, Endometriose
- Cortison-Einnahme, Neurodermitis, Post-/Long-Covid-19
- Chronisches Sodbrennen, Depression
- Nieren- (bei dialysepflichtigen), Leber- (Hepatitis) oder Bauspeicheldrüsenerkrankungen (Pankreatitis)
- Nährstoffmangel, z. B. Vitamin D-, B12- oder Eisen-Mangel
- Multiple Sklerose, Osteoporose
- Rheuma, Arthrose, Fibromyalgie, Krebs
- Migräne, Wechseljahre, Heuschnupfen

### Ärztliche Empfehlung/Notwendigkeitsbescheinigung § 43 SGB V

Damit der Patient eine Kostenübernahme bei seiner Krankenkasse beantragen kann, benötigt er eine ärztliche Empfehlung, die als Nachweis seiner ernährungsabhängigen Erkrankung gilt. Bitte füllen Sie die ärztliche Empfehlung für ihn aus und legen relevante Befunde bzw. aktuelle Blutwerte bei, da ich auf Basis dieser meine Beratung adaptieren kann.

**Hinweis:** Die Überweisung eines Patienten mittels ärztlicher Empfehlung belastet Ihr Budget **nicht**.

### Ernährungsberatung (Prävention)

Hier geht es um die Gesunderhaltung des Menschen nach dem salutogenetischen Ansatz. Dazu möchte ich Ihre Patienten auf den enormen Einfluss der Ernährung auf Wohlbefinden, Leistungsfähigkeit und Lebensqualität sensibilisieren sowie den Spaß & Genuss am gesunden Essen in deren Alltag integrieren.

- Personen, die Ihren Lebensstil verbessern möchten, z. B. zuckerarmes Essen
- Bestimmte Berufsgruppen, z. B. mit
  - Hoher Arbeitsintensität: Handwerker, Bauarbeiter, Maurer
  - Wechselndem Tagesrhythmus: Schichtarbeiter, Kraftfahrer
  - Überwiegend sitzender Tätigkeit: Büroangestellte, Außendienst-Mitarbeiter
- Schwangere und Stillende → Stichwort: Das Baby isst mit!
- Hausfrauen/-männer, die Ihre Familie bewusster & gesünder verpflegen möchten
- Veganer, Vegetarier → Vermeidung von Mangelernährung
- Personen, die Fragen zu Lebensmittelskandalen haben
- Personen, die Ernährungsmythen hinterfragen möchten
- Breiten- und Leistungssportler

Bei vollkommen gesunden Personen ist das Ausfüllen der ärztlichen Empfehlung für die Krankenkasse **nicht** erforderlich. Der Patient kann direkt allein mit dem Antrag auf Kostenerstattung bei seiner Krankenkasse eine Kostenübernahme erfragen.