

Culinary Medicine

- ernährungsmedizinische Beratungskompetenzen durch praxisnahen Lebenswelt-Bezug optimieren

Culinary Medicine

Modul III - Adipositas und Diabetes mellitus

Indikation: Adipositas, Diabetes mellitus (auch Vollkost)



Zucchini-Spiralnudeln mit Sojabolognese

50 Minuten
4 Portionen



Energiegehalt	222 kcal	Fett	7 g
Kohlenhydrate	31 g	gesättigte Fettsäuren	1 g
davon Zucker	18 g	Salz	0,9 g
Protein	19 g	Ballaststoffe	12 g

Okay, der Name ist nicht ganz korrekt, wenn „Nudel“ immer etwas mit Getreide, Reis oder neuerdings auch mit Linsen und Kichererbsen zu tun haben muss. Das alles findet sich nämlich nicht in diesem sehr ästhetischen Gericht. Es ist eher eine Art Zucchini Salat auf Sojabolognese. Optisch äußerst ansprechend! Auf der Zunge kommt es natürlich deutlich leichter daher als die Brüder und Schwestern aus Getreide. Die Sojabolognese ergänzt pflanzliches Protein im Rezept. Ein gutes Gericht, um die diätetischen Prinzipien bei Adipositas und Diabetes Typ 2 zu verstehen: Energiedichte runter, Protein gleich.

Interdisziplinäres Fortbildungs-Seminar für Ernährungsfachkräfte, Ärztinnen und Ärzte

10.11.2022–13.11.2022 in Göttingen im neuen Teaching Kitchen im Jahnpark



Programm

Culinary Medicine – ernährungsmedizinische Beratungskompetenzen durch praxisnahen Lebenswelt-Bezug optimieren

Lehrformat

Interdisziplinäres Seminar für Ernährungsfachkräfte, Ärztinnen und Ärzte über 28 Lehrveranstaltungsstunden (LVS) bzw. Unterrichtseinheiten (UE).

Plattform

Fortbildung in Präsenz im Teaching Kitchen (pandemieabhängig)

Teilnehmendenzahl

Max. 20, mindestens 12

Anbieter

VFED e.V. in Kooperation mit dem Institut für Ernährungspsychologie an der Georg-August-Universität, Göttingen und Culinary Medicine Deutschland e.V.

Kurzbeschreibung

Culinary Medicine stellt eine neue Methode dar, die Erkenntnisse der Ernährungsmedizin in die Lebenswelten von Patient:innen bzw. Klient:innen zu übersetzen und damit den Erfolg des Beratungsprozesses zu optimieren. Dazu kombiniert Culinary Medicine Ernährungsmedizin, Ernährungswissenschaft, Diätetik und Psychologie mit praktischer Kulinarik. Das Lehrformat ist ein



indikationsbezogener Kochkurs mit 7 x 4 Lehreinheiten (UE/LVS), der auf dem evidenzbasierten Leitfaden „Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP, Hauner et al. 2019)“ basiert.

US-amerikanische Studien zeigen, dass Fachpersonal, das in Culinary Medicine geschult ist, Patientinnen und Patienten wesentlich häufiger bzw. besser zu Ernährungsthemen berät. Dies gelingt primär durch einen stärkeren Lebenswelt-Bezug in der Beratung (Rezepte, Einkauf, Kochen, gemeinsame Mahlzeiten u.a.). Auch die interprofessionelle Zusammenarbeit in Ernährungsteams wird durch Culinary Medicine verbessert. Das neue Fach ergänzt Ernährungsmedizin somit synergistisch durch Training wesentlicher praktischer Beratungskompetenzen. Der VFED bietet dieses Fortbildungsseminar erstmals in Deutschland als zusammenhängende vor-Ort Fortbildung für Ernährungsfachkräfte, Ärztinnen und Ärzte an. Sie findet im brandneuen innovativen Teaching Kitchen im Jahnpark Göttingen statt.



Evidenzbasierte wissenschaftliche Grundlage: Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP)

Hauner H et al. Leitfaden Ernährungstherapie in... Aktuell
Ernährungsmed 2019; 44: 384–419 DOI <https://doi.org/10.1055/a-1030-5207>

Abstract (Aktuelle Ernährungsmedizin 2019)

Der Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP) stellt eine grundlegende Überarbeitung des zuletzt im Jahr 2004 von der Deutschen Akademie für Ernährungsmedizin e.V. (DAEM) herausgegebenen Rationalisierungsschemas dar. Dabei erfolgte die Erstellung des LEKuP in enger Zusammenarbeit der verschiedenen Fachgesellschaften: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) und die Deutsche Akademie für Ernährungsmedizin e. V. (DAEM) mit der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin e. V. (DGEM), dem Berufsverband Deutscher Ernährungsmediziner e.V. (BDEM), der Deutschen Adipositas-Gesellschaft e. V. (DAG), dem Verband der Diätassistenten – Deutscher Bundesverband e.V. (VDD) und dem Berufsverband Oecotrophologie e. V. (VDOE).

Gemeinsames Ziel der beteiligten Fachgesellschaften und -verbände war es, auf Grundlage evidenzbasierter Leitlinien einen aktuellen und konsensbasierten Leitfaden für die praktische Ernährungstherapie in Klinik und Praxis zu verfassen. Ein weiteres Ziel der Überarbeitung war es, damit eine Vorlage zu schaffen, aus der ein Kostformenkatalog für stationäre und ambulante medizinische Einrichtungen nach den lokalen Bedürfnissen abgeleitet werden kann. Die dem LEKuP zugrunde liegenden Empfehlungen basieren auf den D-A-CH-Referenzwerten für die Nährstoffzufuhr der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e.V. (DGE) für Erwachsene und entsprechen einer vollwertigen und gesundheitsförderlichen Ernährung. Mittelmeerkost und vegetarische Ernährung werden als gleichwertig betrachtet. Abhängig von krankheitsspezifischen Erfordernissen werden



Abweichungen und Ergänzungen vorgenommen, sodass eine Ernährungstherapie umgesetzt werden kann, die alle ernährungsbezogenen Maßnahmen zur Wiederherstellung von Gesundheit und Wiedererlangung des Handlungsvermögens von Patienten darstellt. Der vorliegende Leitfaden beschränkt sich auf die Darstellung der Prinzipien der Ernährungstherapie und deren praktische Umsetzung.

Lernmodule

Basierend auf dem vorbeschriebenen Leitfaden Ernährungstherapie in Klinik und Praxis (LEKuP) wurden folgende Lernmodule mit je 4 UE/LVS entwickelt:

- I. Vollkostformen/gesunde Ernährung (Vollwertige Ernährung nach DGE, Mediterrane Diät, vegetarische Kost)
- II. Mangelernährung (Kachexie und Mangelernährung, u. a. bei Patienten mit onkologischen Erkrankungen u.a.)
- III. Ernährungstherapie bei Stoffwechsel und Herz-Kreislauf-Krankheiten I (Adipositas und metabolisches Syndrom, Diabetes mellitus)
- IV. Ernährungstherapie bei Stoffwechsel und Herz-Kreislauf-Krankheiten II (Dyslipoproteinämie, arterieller Hypertonus, KHK, Hyperurikämie)
- V. Ernährungstherapie bei gastroenterologischen Erkrankungen (Nahrungsmittelallergien und -intoleranzen, Alkoholkrankheit, Chronisch-entzündliche Darmerkrankungen, Zöliakie, Kurzdarmsyndrom, Reizdarm, Lebererkrankungen, Gallenwegserkrankungen, Pankreaserkrankungen u.a.)
- VI. Ernährungstherapie bei Nierenkrankheiten und Harnsteinen (Akute und chronische Nierenerkrankungen, Osteoporose und Gicht)

- VII. Ernährungstherapie bei entzündlich-rheumatischen, orthopädischen, neurologischen und Lungen-Krankheiten (Chronische inflammatorische Systemerkrankungen, Neurologische Erkrankungen, Psychiatrische und psychosomatische Erkrankungen, Hauterkrankungen, Pneumologische Erkrankungen, Hereditäre Stoffwechselerkrankungen)

Lernziele

Teilnehmende können die o.a. im LEKuP genannten ernährungsmedizinischen Krankheitsbilder erkennen, unterscheiden und die Indikationen zur Ernährungstherapie stellen. Sie kennen die Prinzipien der Ernährungstherapie und deren praktische Umsetzung in Diätetik und Kulinarik. Diese können in der Praxis angewendet werden. Der Therapieerfolg kann beurteilt werden.

Evaluation

Das Fortbildungsangebot wird von einer Lehrevaluation begleitet. Die Teilnehmenden füllen vor Kursbeginn und nach Ende des Kurses einen pseudonymisierten Online-Fragebogen mittels LIME-Survey aus.

Zeitplan und Unterrichtseinheiten

28 UE/LVS im Zeitraum 10.-13.11.2022

Start 10.11. um 14:00 Uhr, Ende 13.11. 14:00 Uhr

10.11. 14:00 bis 20:00 Uhr (6 UE/LVS mit Pausen)

11.11. 10:00 bis 18:00 Uhr (9 UE/LVS mit Pausen)

12.11. 10:00 bis 18:00 Uhr (9 UE/LVS mit Pausen)

13.11. 10:00 bis 14:00 Uhr (4 UE/LVS mit Pausen)



Eine Buchung von Einzeltagen ist nicht möglich, da die Inhalte aufeinander aufbauen.

Ablauf der Lernmodule

Kurze Einführungspräsentation, dann praktischer Kochkurs passend zur LEKuP-Indikationsgruppe/Fallbeispiel mit 5-7 Musterrezepten pro Modul. Anschließend gemeinsame Verkostung mit Fachdiskussion.

Referent:innen

- PD Dr. med. Thomas Ellrott, Institut für Ernährungspsychologie an der Georg-August-Universität Göttingen (D)
- Uwe Neumann, Nachhaltigkeitspädagoge, Culinary Medicine Deutschland e.V. (D)
- Nicola Born, M.Sc. Ernährungswissenschaften, Institut für Ernährungspsychologie an der Georg-August-Universität Göttingen (D)
- Birgit Ellrott, diätetisch geschulte Fachkraft/Köchin DGE, Kochstudio Cook & Taste it, Göttingen (D)

Fortbildungspunkte

Der VFED vergibt für die Teilnahme 28 Fortbildungspunkte. Sie erhalten eine Teilnahmebescheinigung.

Hinweis Ärztliche Fortbildung:

28 Unterrichtseinheiten werden vollumfänglich als ärztliche Fortbildungspunkte beantragt.

Teilnahmegebühr

VFED-Mitglieder: 650,- EUR inkl. MwSt. und Lebensmittel
Nichtmitglieder: 750,- EUR inkl. MwSt. und Lebensmittel



Veranstaltungsort

Teaching Kitchen im Jahnpark, Sandweg 5 (Jahnstadion), 37083 Göttingen (kostenfreie Parkplätze am Veranstaltungsort vorhanden)

Anmeldung

Die Anmeldung erfolgt ausschließlich über den [»VFED-Online-Shop«](#). Im Anschluss an Ihre Registrierung erhalten Sie eine Rechnung. Für diese Veranstaltung gilt eine Mindestteilnehmerzahl von 12. Bei Nichterreichen werden bereits bezahlte Rechnungen erstattet.

An- und Abreise

Göttingen liegt zentral in Deutschland und lässt sich sehr gut mit dem ICE der Bahn aber auch per Auto erreichen. Hotelzimmer können Sie z.B. per HRS oder Booking buchen (Option AirBnB). Manchmal ist es etwas günstiger, direkt beim Hotel zu buchen. Die Haltestelle „Jahnstadion“ erreichen Sie mit den Buslinien 61, 62 und 130 direkt. Die Buslinien 91 und 92 halten einen kurzen Fußweg entfernt an der Haltestelle „Pommerneck“. Zeiten für An- und Abreise sind in den Veranstaltungszeiten berücksichtigt.

Die Veranstaltung ist eine Kooperation von



IfE | INSTITUT FÜR
ERNÄHRUNGSPSYCHOLOGIE AN DER
GA GEORG-AUGUST-UNIVERSITÄT
GÖTTINGEN IN PUBLICA COMMODA
SEIT 1737

 CULINARY
MEDICINE


Verband für Ernährung
und Diätetik e.V.

Deutschland e.V.

