



**Spital Herisau**  
**Appenzell Ausserrhoden**

# Ernährungsberatung

Spital Herisau

# Ernährung geht uns alle an

Im persönlichen Beratungsgespräch begleiten wir Sie auf Ihrem Weg der Ernährungsumstellung – schrittweise und realitätsnah. Beratungszeiten nach Vereinbarung.



# Was bietet Ihnen die Ernährungsberatung?

## **Ambulante Beratung**

Als beeinflussender Faktor der Gesundheit und des Wohlbefindens muss in bestimmten Lebenssituationen oftmals die Ernährung vorübergehend angepasst oder das Essverhalten langfristig verändert werden.

In der Ernährungsberatung werden Sie von einer Ernährungsberaterin dazu angeleitet, unterstützt und begleitet. Sie erhalten auf Basis der ärztlichen Verordnung eine kompetente Wissensvermittlung, fundierend auf den aktuellen Erkenntnissen der Ernährungsmedizin.

Ihre Essgewohnheiten, Vorlieben und Abneigungen werden dabei berücksichtigt und miteinbezogen. Gemeinsam erarbeiten wir Ihr persönliches Ernährungskonzept, abgestimmt auf Ihre Lebenssituation und Ihr Umfeld.

## **Während Ihrem Spitalaufenthalt**

Bei Ernährungsproblemen während Ihres Spitalaufenthalts wie beispielsweise nach Operationen im Magen-Darmtrakt, bei künstlicher Ernährung, Mangelernährung, Kau- und Schluckbeschwerden nimmt die Ernährungsberaterin mit Ihnen Kontakt auf.

Anhand von Gewichtsverlauf, diätetischen Indikationen, Appetit, Vorlieben und Abneigungen werden Massnahmen zur bedarfsgerechten Ernährung vereinbart. Diese werden jeweils mit den zuständigen Ärzten und dem Pflegefachpersonal abgesprochen und die Informationen nach Bedarf an die Küche weitergeleitet.

## **Von Krankenkassen anerkannte Leistungen**

Ärztlich verordnete Ernährungsberatungen werden bei folgenden Diagnosen von der Krankenversicherung für maximal 6 resp. 12 Beratungen übernommen.

- Stoffwechselkrankheiten wie Diabetes, Gicht, Osteoporose und erhöhte Blutfettwerte
- Übergewicht mit einem BMI über 30
- Herz-Kreislauf-Erkrankungen
- Hoher Blutdruck
- Krankheiten des Verdauungssystems
- Nierenerkrankungen
- Fehl- und Mangelernährungszustände
- Nahrungsmittelallergien oder allergische Reaktionen auf Nahrungsbestandteile

Lassen Sie sich über Ihren Arzt mit dem offiziellen Verordnungsblatt anmelden, das wir Ihnen gerne zustellen.

Es ist auch als Download im Internet unter [www.spitalverbund.ch/ernaehrungsberatung](http://www.spitalverbund.ch/ernaehrungsberatung) abrufbar.



**Spital Herisau**  
**Appenzell Ausserrhoden**

## Kontakt



**Magdalena Palfrader**

Dipl. Ernährungsberaterin  
Ernährungsberatung, Spital Herisau  
magdalena.palfrader@svar.ch



**Billie Josephine Stump**

Ernährungsberaterin BSc  
Ernährungsberatung, Spital Herisau  
billie.stump@svar.ch

Wir sind Mitglied des Schweizerischen Verbandes  
der ErnährungsberaterInnen SVDE ASDD.

Weitere Informationen finden Sie unter  
[www.svar.ch/ernaehrungsberatung](http://www.svar.ch/ernaehrungsberatung)

**Spital Herisau**

Ernährungsberatung  
Gutenbergzentrum III, 2. OG  
Kasernenstrasse 6  
9100 Herisau  
T 071 353 57 85  
spitalherisau@svar.ch