



**Spitalverbund
Appenzell Ausserrhoden**

Ernährungsberatung

Spital Heiden und 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 Ihrem Spitalaufenthalt 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 abrufbar.

Beratung nach Ihren individuellen Bedürfnissen

Wir bieten auch Beratungen für Ihre individuellen Ernährungsanliegen an, die nicht ärztlich verordnet werden. Kontaktieren Sie uns, gerne informieren wir Sie über unser Angebot und die Konditionen.

Kontakt



Evelyne Oehri
Ernährungsberatung,
Spital Heiden und Spital Herisau
evelyne.oehri@svar.ch



Irmgard Haefelin
Dipl. Ernährungsberaterin FH/SVDE
Ernährungsberatung, Spital Herisau
irmgard.haefelin@svar.ch

Weitere Informationen finden Sie unter
www.svar.ch/ernaehrungsberatung

Wir sind Mitglieder des Schweizerischen Verbandes
der ErnährungsberaterInnen SVDE ASDD.

**Spitalverbund
Appenzell Ausserrhoden**
Krombach 3
9100 Herisau
www.spitalverbund.ch

Spital Heiden
Ernährungsberatung
T 071 898 61 49
spitalheiden@svar.ch

Spital Herisau
Ernährungsberatung
T 071 353 57 85
spitalherisau@svar.ch