



Gesund essen

Krankhausessen hat in Deutschland nicht den besten Ruf. Experten bemängeln, dass das Speiseangebot häufig nährstoffarm und zu fleischlastig sei. Immer mehr Kliniken machen sich auf den Weg, um ihren Patienten ausgewogene und gesunde Mahlzeiten anzubieten.

von Marc Strohm

Auf der Mittagskarte der Rheinland Klinikum Krankenhäuser finden sich unter anderem ein würziges Linsen Dal, Buttermilch-Curry, Erbsenrisotto sowie ein Veggie-Burger mit Quinoa-Patty. Doch auch Klassiker, wie ein Schnitzel mit Pommes, gehören nach wie vor zum Angebot. Insgesamt haben die Patientinnen und Patienten täglich die Wahl aus 21 Gerichten, darunter sechs vegetarische und teilweise auch vegane Optionen. Zubereitet wird das umfangreiche Speiseangebot in der Zentralküche der Rheinland Klinikum Catering GmbH vom Küchenteam rund um Oliver Strauth und Seda Böhm, die es sich zur Aufgabe gemacht haben, den Patienten gesünderes und nachhaltiges Krankhausessen anzubieten.

Gesund und frisch auf den Teller

Nur etwa sechs Euro täglich stehen Kliniken pro Patienten für die Speiseversorgung zur Verfügung. Trotz dieser engen finanziellen Spielräume sind viele Kliniken bestrebt, das Versorgungsangebot möglichst gesund und nachhaltig zu gestalten – so zum Beispiel in der Zentralküche der Rheinland Klinikum Krankenhäuser. Dort nahm das Küchenteam im vergangenen Jahr an einem Kochtraining teil, um das Speiseangebot weiter zu verbessern (kleines Bild).

Beide Fotos: Rixa Schwarz



Ein Dokumentarfilm über ungesundes Krankenhausessen in den USA habe ihn dazu angeregt, das eigene Speiseangebot kritisch zu hinterfragen, sagt Strauth im Gespräch mit dem *Rheinischen Ärzteblatt (RÄ)*. Insgesamt 1.400 warme Gerichte pro Tag bereitet das Küchenteam zu, mit denen nicht nur die Krankenhauspatienten, sondern auch die Senioreneinrichtungen des Rheinland Klinikums versorgt werden, erklärt Strauth. Großen Wert legt der Betriebsleiter dabei auf die Regionalität und Saisonalität der verwendeten Zutaten. So beziehe er Fleisch und Backwaren möglichst von lokalen Herstellern. Obst und Gemüse werde nach Möglichkeit saisonal eingekauft, die übrigen Produkte—darunter auch Tiefkühlgemüse—stammten vom Großhändler. Darüber hinaus nahmen Strauth und sein Team im vergangenen Jahr an einem Kochtraining des Kompetenzzentrums für klimaresiliente Medizin und Gesundheitseinrichtungen (KliMeG) teil, um das Versorgungsangebot nachhaltiger zu gestalten. Von den Patienten erhalte er für sein Speiseangebot überwiegend positives Feedback, sagt Strauth.

Doch nicht überall sind die Patienten mit dem Speiseangebot in Krankenhäusern zufrieden. Manche teilen in den sozialen Medien Fotos von labbrigen Toastscheiben, die zusammen mit einer Scheibe Wurst und Käse unter einer Folie serviert werden. Zu kleine Portionen, unappetitliches Aussehen der Speisen oder zu wenig Abwechslung — so lautet vielfach das Urteil der unzufriedenen Patienten. Experten bemängeln, dass das Nahrungsangebot in Krankenhäusern oftmals nährstoffarm und zu fleischlastig sei und nicht den Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) für eine ausgewogene und möglichst pflanzenbasierte Ernährung entspreche. Dabei spiele das Krankenhausessen eine wichtige Rolle bei der Genesung der Patienten, betont die DGE auf Anfrage des RÄ. Besonders die schätzungsweise 30 Prozent der Patientinnen und Patienten, die bereits mangelernährt in die Klinik kommen, profitierten von einem gesundheitsfördernden Verpflegungsangebot. Ansonsten drohten eine schlechtere Wundheilung, erhöhte Komplikationen sowie eine höhere Mortalität.

Die DGE empfiehlt grundsätzlich ein pflanzenbasiertes Mahlzeitenangebot aus Obst und Gemüse, Vollkorngetreide, Hülsenfrüchten sowie Nüssen und pflanzlichen Ölen, die nährstoffschonend zubereitet werden. Ergänzt werden solle dieses Angebot durch Milchprodukte, Fleisch, Fisch und Eier. Eine solche Lebensmittelauswahl sei zugleich nachhaltig, betonen die Ernährungsexperten. Immerhin verursache die Lebensmittelversorgung im Schnitt 17 Prozent der Treibhausgase eines Krankenhauses, erklärte Jana Leberl. Die Ärztin engagiert sich bei Health for Future, einem Zusammenschluss von Mitarbeiterinnen und Mitarbeitern aus dem Gesundheitswesen, die sich für Klimaschutz einsetzen. Die größte Reduzierung der Treibhausgase könne beispielsweise dadurch erzielt werden, dass Fleisch durch vegetarische Gerichte ersetzt werde. Den zweithöchsten Einspareffekt habe die Umstellung auf Bio-Produkte aus ökologischem Anbau – diese sei jedoch mit höheren Kosten für die Kliniken verbunden. An dieser Stelle sieht Leberl die Politik in der Pflicht, Preise durch mögliche Förderungen und Besteuerungen anzupassen. Darüber hinaus müsse es für Krankenhausessen eigene Finanzierungsmöglichkeiten geben – derzeit stehe den Häusern nur ein knappes Budget für das Essen zur Verfügung, kritisiert Leberl.

Enge Spielräume

Etwas mehr als fünf Euro pro Patienten am Tag gaben die Krankenhäuser nach Angaben des Deutschen Krankenhausinstituts im Jahr 2021 durchschnittlich für die Patientenverpflegung aus. Derzeit zählt die Speiseversorgung generell zu den laufenden Betriebskosten und ist somit integraler Bestandteil der Fallpauschalen, erklärt die Krankenhausgesellschaft Nordrhein-Westfalen (KGNW) auf Anfrage des RÄ. Durch die steigende Inflation seien die Kliniken zuletzt aber zusätzlich unter finanziellen Druck geraten, sodass wenig Spielraum für höhere Qualitätsstandards bleibe, so die KGNW. Ändern lasse sich das nur durch auskömmlich steigende Fallpauschalen. Allerdings betont die KGNW auch, dass die allgemeinen Anforderungen an Hygiene, Lagerung und Weiterverarbeitung von Lebensmitteln in den Krankenhäusern durchweg eingehalten würden.

In Dormagen will Catering-Chef Oliver Strauth die Umstellung auf ein pflanzenbasiertes Speiseangebot weiter vorantreiben — trotz enger finanzieller Spielräume. Er betont, dass ein „grünes“ Angebot nicht zwingend teurer sein muss. Neben wirtschaftlichen Aspekten ist es Strauth zufolge wichtig, dass die Patienten eine Akzeptanz für eine eher pflanzenbasierte Ernährung entwickeln. Eine rein vegetarische Woche habe beispielsweise unter den älteren Patienten für Kritik gesorgt, die sich ab und zu ein Fleischgericht wünschten. Grundsätzlich seien die Patienten aber offen für vegetarische und vegane Alternativen wie Sellerieschnitzel. „Doch auch die Currywurst mit Pommes bleibt auf unserem Speisezettel“, bekräftigt Strauth. **RA**

Unterstützung bei der Essensumstellung

Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung hat einen Leitfaden für die gesunde Verpflegung in Krankenhäusern entwickelt. Alle Ernährungsempfehlungen sind als Checkliste aufbereitet, sodass Krankenhäuser ihr eigenes Angebot bewerten können:



<https://www.dge.de/fileadmin/dok/gemeinschaftsgastronomie/einrichtungen/kliniken/Kliniken-Leitfaden.pdf>

Krankenhäuser, die ihre Ernährung im Sinne der pflanzenbasierten Planetary Health Diät umstellen wollen, erhalten Unterstützung beim Kompetenzzentrum für klimaresiliente Medizin und Gesundheitseinrichtungen (www.klimeg.de) unter anderem in Form von Kochtrainings.