



Vermeidung von Glucose-Ausscheidung im Urin	Vermeidung von Glucose-Ausscheidung im Urin
Bedarfsgerechte Energie- und Nährstoffversorgung	Bedarfsgerechte Energie- und Nährstoffversorgung
Einsparung von Arzneimitteln	Einsparung von Arzneimitteln
Verbesserung/ Verhinderung von Sekundärerkrankungen	Verbesserung/ Verhinderung von Sekundärerkrankungen
Erhaltung/ Verbesserung Lebensqualität	Erhaltung/ Verbesserung Lebensqualität

### BERATUNGSINHALTE:

<u>Erstgespräch:</u> <u>60 Min.</u> - Ernährungsanamnese - Sichtung der ärztlichen Zuweisung/ Diagnose/ Laborwerte/ Medikamente - Persönliche Zielfestlegung mit dem Patienten - Anleitung zur Führung eines Ernährungsprotokolls	<u>Erstgespräch:</u> <u>60 Min.</u> - Ernährungsanamnese - Sichtung der ärztlichen Zuweisung/ Diagnose/ Laborwerte/ Medikamente - Persönliche Zielfestlegung mit dem Patienten - Anleitung zur Führung eines Ernährungsprotokolls
<u>Auswertungen/Vorbereitungen:</u> <u>30-60 Min</u> - Analyse des Ernährungsprotokolls (ggf. per EDV) - Berechnung des individuellen Nährstoffbedarfs - Struktur. Ernährungsplan, beispielhaft - Zusammenstellung schriftlicher Orientierungsunterlagen	<u>Auswertungen/Vorbereitungen:</u> <u>30-60 Min</u> - Analyse des Ernährungsprotokolls (ggf. per EDV) - Berechnung des individuellen Nährstoffbedarfs - Struktur. Ernährungsplan, beispielhaft - Zusammenstellung schriftlicher Orientierungsunterlagen
<u>Beratung:</u> <u>60 Min.</u> - Besprechung der Protokollauswertungsergebnisse - Praktische Umsetzung der diätetisch notwendigen Maßnahmen unter Berücksichtigung der Blutzuckerwirksamkeit von Kohlenhydraten - Prinzip der energiebewussten Ernährung - Besprechung des strukturierten, beispielhaften individuellen Tagesplans in Abhängigkeit von Insulin-/medikamentöser Therapie - Persönliche Mahlzeitenverteilung - Stärkung von Motivation und Eigenkompetenz	<u>Beratung:</u> <u>60 Min.</u> - Besprechung der Protokollauswertungsergebnisse - Praktische Umsetzung der diätetisch notwendigen Maßnahmen unter Berücksichtigung der Blutzuckerwirksamkeit von Kohlenhydraten - Prinzip der energiebewussten Ernährung - Besprechung des strukturierten, beispielhaften individuellen Tagesplans in Abhängigkeit von Insulin-/medikamentöser Therapie - Persönliche Mahlzeitenverteilung - Stärkung von Motivation und Eigenkompetenz

Ca. 4 Folgeberatungen/ Betreuungen mit folgenden Themen, die individuell in der Abfolge gestaltet werden müssen

je 30 Min.

- Vertiefung der langfristig angelegten Ernährungskorrektur
- Lebensstiländerung/ Bewegung
- Erarbeitung von Motivatoren (Positiv-/ Negativliste von Einflüssen auf das Essverhalten)
- Ursachen von Insulinresistenz und sinnvolle Gegenmaßnahmen
- Genuss, Hunger, Sättigung
- Lebensmittelauswahl
- Sinn und Unsinn von Diätprodukten
- Bewegung
- Besprechung der neuen Essgewohnheiten
- Besprechung von Koch- und Küchentechnik (keine Praxis)
- Umsetzung der diätetischen Ernährungsnotwendigkeiten im Alltag und in besonderen Situationen (Schichtarbeit, Urlaub, Kantine.....)
- Anleitung zur erneuten Protokollführung Ernährung und Bewegung
- Besprechung des Ernährungs- Bewegungsprotokolls
- Lebensstiländerung
- Stärkung von Motivation und Eigenkompetenz
- Anleitung zur Selbstverantwortung
- Training des neuen Ernährungsverhaltens

Abschlussgespräch:

- Vermittlung weiterreichender Maßnahmen wie z.B. Bewegungsangebote vor Ort, Kochkurse für Diabetiker, Selbsthilfegruppen,....
- Stärkung von Motivation und Eigenkompetenz
- Rückfallprophylaxe

Keine weitere Beratung im vorgegebene Zeit- und Budgetrahmen des DMP mehr möglich!

## BERATUNGSVERLAUF/ ZEITAUFWAND:

<p>Erstgespräch: <b>60 Min.</b></p> <p>Auswertungen, Analysen, Vorbereitungen <b>30 Min. (- 60 Min.)</b></p> <p>Folgeberatungen (6 x 30 Min.): <b>180 Min.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Beratungsgespräche 60 Min.</li><li>• ca. 4 Betreuungsgespräche à 30 Min.</li></ul> <p>Abschlussgespräch: <b>30 Min.</b></p> <p>Abschließende Arbeiten: <b>60 Min.</b></p> <ul style="list-style-type: none"><li>• Berichterstattung an Arzt und ggf. Krankenkasse</li><li>• Evaluationsmaßnahmen</li></ul> <p><b>Gesamtaufwand: 330 (- 360) Minuten</b></p>	<p>Erstgespräch: <b>60 Min.</b></p> <p>Auswertungen, Analysen, Vorbereitungen <b>30 Min. (- 60 Min.)</b></p> <p>1 Folgeberatung): <b>60 Min.</b></p> <p><b>Gesamtaufwand: 150 (-180) Minuten</b></p>
--	--

Rückfragen richten Sie bitte an:

Institut für Qualitätssicherung in der Ernährungstherapie und -beratung  
QUETHEB e. V.

Preziosastr. 3a

D-81927 München

Tel.: +49 (0) 89 9298 9810

Fax: +49 (0) 89 9298 9920

E-Mail: [info@quetheb.de](mailto:info@quetheb.de)



Institut für Qualitätssicherung in der  
Ernährungstherapie und -beratung e. V.



Verband der Diätassistenten  
Deutscher Bundesverband e. V.



Verband der  
Oecotrophologen e. V.