

# Podiumsdiskussion: Ernährung Gesund – Nachhaltig – Leistbar

Unter der Leitung von Johannes Oberndorfer, Geschäftsführer Ärztekronen

*Statements:*

Prof. PhDr. Sven-David Müller, M.Sc., Diätassistent und Medizinjournalist

**„Wir können so nicht weiterleben“.** „Healthy Diet – Healthy Planet“ ist ein überlebenswichtiges Thema der heutigen Zeit. Wir brauchen ein komplettes Umdenken in der Ernährungsaufklärung und Ernährung. Seit über 40 Jahre machen wir Ernährungsaufklärung, allerdings hat sie praktisch nichts bewirkt. Es muss deutliche Besserungen in der Ernährungsaufklärung geben, damit die Informationen dort ankommen, wo sie ankommen sollen. Weg von „Empfehlungen“ die nichts bringen, hinzu Aufklärung beim so wichtigen Thema Ernährung. Weg von der rationalen Belehrung hin zum emotional appellierenden Dialog mit den Menschen.

Univ.-Prof. Dr. Michael Trauner, Gastroenterologe und Hepatologe, Medizinische Uni Wien

Die Aufklärung und Information über eine gesunde Lebensstil-Modifikation ist im klinischen Alltag eine große Herausforderung. Es stellt sich die Frage: „Wie bringe ich diese wichtigen Informationen direkt an den/die Patienten/in, damit sie ihr Verhalten nachhaltig ändern“. Die neurowissenschaftliche und psychologische Komponente spielt in der Ernährungsmedizin ebenfalls eine sehr wichtige Rolle, es ist ein ganzheitlicher transdisziplinärer Zugang über Organgrenzen und Spezialgebiete hinweg gefragt. Prävention ist essentiell und wird immer noch viel zu sehr vernachlässigt.

Dr. Petra Burger, Ernährungswissenschaftlerin, Vertreterin der Nahrungsmittelindustrie

Zuviel Zucker in der täglichen Ernährung ist für niemanden gut. Coca-Cola unterstützt daher die Empfehlungen der WHO den Konsum von freiem Zucker auf unter 10% der täglichen Energieaufnahme zu beschränken.

Eine wichtige Maßnahme als Beitrag zu einem gesünderen, nachhaltigeren Lebensmittelumfeld, ist dabei die Zuckerrückführung in Getränken, verbesserte Rezepturen, kleinere Verpackungen und das verstärkte Bewerben von kalorienarmen und -freien Getränken. Die gesamte österreichische Erfrischungsgetränkeindustrie hat sich zu einer Reduktion von -15% Zucker bis 2025 im Vergleich zu 2015 verpflichtet. Coca-Cola richtet keine Werbung an Kinder unter 13 Jahren, Schulen sind werbefreie Zonen.

Dr. Kurt Mosetter, Mediziner, Zentrum für interdisziplinäre Medizin

Bildung und Aufklärung in Ernährung sollte bereits in der Schule beginnen. In Schulen sollte daher unbedingt ein eigenes Schulfach „Ernährung“ eingeführt werden. Aufklärung ist das einzige das wirklich helfen könnte die Probleme der heutigen Zeit zu bekämpfen. Kindern kommt dabei eine wichtige Rolle zu, weil sie dabei helfen könnten, auch ihre Eltern in Ernährungsthemen aufzuklären.

KR Dipl.-Ing. Johann Marihart, Vorsitzender Lebensmittelindustrieverband

Lebensmittel kann man nicht einfach in „gesund“ oder „ungesund“ einteilen. Sie haben unterschiedliche Wirkungen auf den menschlichen Organismus und vor allem die Menge spielt dabei eine entscheidende Rolle, sowie der gesamte Lebensstil. Die ÖsterreicherInnen geben rund 10 – 12% ihres Einkommens für Nahrungsmittel aus. Generell wäre eine Förderung der Aufklärung in Lebensmittelkunde und Ernährung äußerst wichtig (fehlt derzeit komplett) und den Schulen kommt hier eine bedeutende Rolle zu.

Univ.-Prof. Dr. Giovanni Rubeis, Biomediziner, Karl Landsteiner Universität Krems

Digitale Technologien können in diesem Zusammenhang mit dem Thema „Ernährung“ auch eine wichtige Rolle spielen. Z.B. Fitness- oder Gesundheits-Apps zur Dokumentation der täglichen Ernährung oder körperlicher Aktivität sind schon weit verbreitet und bieten auch Tipps zur Verbesserung des Ernährungs- und Bewegungsverhaltens. Diese Technologien zielen auf Eigenverantwortung der NutzerInnen hinsichtlich ihrer Gesundheit. Daher ist es unabdingbar, die Voraussetzung für selbstbestimmtes Handeln überhaupt erst zu schaffen. Wir müssen uns bewusst sein, dass nicht alle Personen dieselben Startbedingungen haben. Es braucht daher gezielte Maßnahmen, um marginalisierte Gruppen zu erreichen. Eigenverantwortung kann nur gelingen, wenn sie in ein solidarisches Miteinander eingebettet ist.

Hofrat Dr. Thomas Holzgruber, Generalsekretär der Ärztekammer für Wien

Es stellt sich die Frage: „**Sind ÄrztInnen in Ernährung ausreichend geschult?**“ Klar ist, das Studium alleine reicht nicht aus; da sich das medizinische Wissen enorm rasch vermehrt und das Studium oft mit Mitte 20 endet und ÄrztInnen oft bis 70 arbeiten. Hier ist die lebenslange Fortbildung für ÄrztInnen die einzige Chance um up to date zu bleiben. Seit 2002 gibt es daher das ÖÄK-Diplom Ernährungsmedizin; bisher wurden schon über 2.000 ÄrztInnen in Ernährungsmedizin ausgebildet und können strukturiert Ernährungsberatungen in ihrer Praxis anbieten. Generell ist das Thema Prävention eines, das mehr gefördert werden müsste.

Die essentiellen Themen der Ärztekammer sind in diesem Zusammenhang:

- Rauchen (Kampagne don't smoke)
- Impfen (erste Fortschritte: Corona, Grippe und HPV)
- Alkohol und vor allem
- Zucker, z.B. im Bereich der Nahrungsmittelkennzeichnung

Awareness bekommt man aber in einer medialisierten Gesellschaft nur, wenn etwas passiert, oder man eine gute Geschichte erzählen kann. Daran muss man bei der Ernährung noch mehr arbeiten.

---

Alle TeilnehmerInnen der Podiumsdiskussion sind sich einig, es wäre äußerst wichtig das Thema „Prävention“ im Curriculum des Medizinstudiums zu vertiefen bzw. noch mehr zu verankern und bessere Ernährungsaufklärung (beginnend in den Schulen) zu fördern.

Prof. Müller fordert im Zuge dieser Podiumsdiskussion einen konkreten Vorschlag zu machen – evidenzbasiert und Experten-geprüft.

**Es wird eine Petition gestartet mit folgenden Forderungen:**

1. Nachbesetzung des Lehrstuhls für Ernährungsmedizin an der Medizinischen Universität Wien
2. Integrierung von Ernährungsmedizin in die Pflichtlehre an den medizinischen Universitäten
3. Unterrichtsfach Gesundheit (Basis-Informationen zu gesunder Ernährung und Bewegung) für Kinder und Jugendliche in den Schulen

Alle TeilnehmerInnen der Podiumsdiskussion und ReferentInnen des Jubiläumskongresses können diese unterschreiben.

Wien, 20.10.2023

---

Stand 09.02.2024

**Unterschriften:**



Univ.-Prof. Dr. Kurt Widhalm  
Österreichisches Akademisches Institut für Ernährungsmedizin



**OMR Dr. Johannes Steinhart**  
Präsident der Österr. und Wiener Ärztekammer



**Höfkrat Dr. Thomas Holzgruber**  
Generalsekretär der Wiener Ärztekammer



Prof. PhD. Sven-David Müller, M.Sc.,



KR Dipl.-Ing. Johann Marihart  
Vorsitzender Lebensmittelindustrieverband



Univ.-Prof. Dr. Vanessa Stadlbauer-Köllner  
Medizinische Universität Graz



Univ.-Prof. Dr. Hans Hauner  
Technische Universität München



Univ.-Prof. Dr. Giovanni Rubeis  
Karl Landsteiner Privatuniversität Krems



Univ.-Prof. Dr. Klaus-Dieter Jany  
BGF biotech-gm-food



Univ.-Prof. Dr. Michael Trauner  
Medizinische Universität Wien



Univ.-Prof. Dr. Harry Aiking  
Vrije Universiteit Amsterdam



Priv. Doz. Dr. Karin Amrein, MSc  
Medizinische Universität Graz



Dr. Kurt Mosetter



Dr. Thomas Cypionka  
Institut für Höhere Studien Wien