

Kurzkonzept „Ernährungstherapie“

1. Unser Behandlungskonzept

Allergie, Intoleranz oder Unverträglichkeit? Diese Unterscheidung ist wichtig, wenn bestimmte Nahrungsmittel nicht vertragen werden. Bei einer Nahrungsmittelallergie handelt es sich um eine überschießende Reaktion des Immunsystems, bei der ein grundsätzlich harmloses Nahrungsmittel als gefährlich eingestuft wird. In Europa leiden mittlerweile bis zu 8% der Kinder an einer Nahrungsmittelallergie.

Die häufigsten Auslöser einer Nahrungsmittelallergie sind Ei und Milch, allerdings können zum Beispiel auch Weizen, Soja, Fisch und Nüsse eine allergische Reaktion hervorrufen. Im Erwachsenenalter stehen hingegen pollenassoziierte Nahrungsmittelallergien wie Stein- und Kernobst und Nüsse im Vordergrund. Beim Verzehr tritt aufgrund einer Kreuzreaktion bei einer bekannten Pollenallergie das sogenannte Orale Allergie-Syndrom auf, das mit Beschwerden wie Kribbeln oder Juckreiz im Mundbereich einhergehen.

Zu den Symptomen einer Nahrungsmittelallergie können neben Symptomen an der Haut wie einer akuten Hautverschlechterung bei Neurodermitis oder einer Urticaria (Nesselsucht) auch Beschwerden des Magen-Darm-Trakts wie Erbrechen und Durchfall gehören. Allerdings können auch schwere allergische Reaktionen, sogenannte Anaphylaxien, auftreten.

Auch andere Nahrungsmittelunverträglichkeiten wie die Lactose- und Fructoseintoleranz oder die Zöliakie können ähnliche Beschwerden hervorrufen. Es handelt sich hierbei allerdings nicht um eine allergische Reaktion.

Ziele der stationären Rehabilitationsmaßnahme sind:

- Eine umfassende Diagnostik
- Ggf. eine Erweiterung des Nahrungsspektrums
- Ernährungsberatung in Theorie und Praxis in Einzel- und Gruppengesprächen mit ausführlichen Schulungsmaterialien

2. Bestandteile der Diagnostik und Therapie

Auf Basis nationaler und internationaler Leitlinien erfolgt eine individuell auf das Kind abgestimmte Diagnostik und Therapie.

Nach einer eingehenden Anamnese werden Allergietests durchgeführt. Diese werden auf der Haut oder über das Blut durchgeführt. Hierbei ist ein mehrstufiges Vorgehen unter Berücksichtigung individueller Faktoren sinnvoll. Ergänzend kann ein Symptom-Ernährungs-Tagebuch hilfreich sein.

Soll ein Nahrungsmittel wieder eingeführt werden, kann die sogenannte Orale Provokation durchgeführt werden. Auch die Abschätzung der Auslösermenge kann hiermit bestimmt werden.

Leider gibt es für die Nahrungsmittelallergien und für die Nahrungsmittelintoleranzen keine ursächliche Therapie. Die einzige Therapie besteht in der Vermeidung des entsprechenden Nahrungsmittels.

Therapieansätze:

- Oligoallergene Basis-Diät bei schwerer Neurodermitis und vielen Nahrungsmittelallergien
- Eliminationsdiät (gezieltes Weglassen eines oder mehrerer Nahrungsmittel)

3. Pädagogische Betreuung

In der Alpenlinik Santa Maria werden die Patienten und gegebenenfalls deren Bezugsperson in familiärer Atmosphäre in einem klaren Gruppensystem mit festen pädagogischen Ansprechpartnern betreut und im Rehabilitationsalltag begleitet und unterstützt.

Aus Sicht der Patienten stehen neben der zentralen Bedeutung der medizinischen Maßnahme die positiven Erfahrungen im Rehabilitationsalltag im Vordergrund. Dieser Charakter der optimalen medizinischen Versorgung kombiniert mit einem sozialen Lernfeld unter gruppenspezifischen und -therapeutischen Aspekten ermöglicht, dass während des Aufenthaltes in der Alpenlinik Santa Maria die starke Fixierung auf die eigene Erkrankung gemindert oder günstigstenfalls auch aufgelöst werden kann.

Gruppenpädagogische Angebote und Erlebnisse stärken das Selbstvertrauen der Patienten und tragen zur Persönlichkeitsfindung bei. Ein wichtiges Ziel der pädagogischen Maßnahmen während der Rehabilitation ist die Stärkung der sozialen Kompetenz unserer Patienten.

4. Schule

Die Sophie-Scholl-Schule an der Alpenlinik Santa Maria ist staatlich genehmigt und schulartübergreifend. Um Lernrückstände zu vermeiden, sind die Inhalte des Unterrichts von den Vorgaben der betreffenden Heimatschule geprägt. Gleichzeitig aber wird ein Unterrichtsangebot bereitgestellt, das den Rehabilitationsprozess unterstützt. Vor dem Hintergrund der spezifischen Krankheitsgeschichte soll eine Balance gefunden werden zwischen dem Aufarbeiten von Defiziten und der Vermittlung neuer Lerninhalte. Hilfen zur Überwindung von Mutlosigkeit und Passivität sowie zum Abbau von Schul- und Versagensängsten werden den Schüler/innen gegeben. Dadurch kann das psychische Gleichgewicht, der Gesundheitwille, Genesung und Erholung eine wesentliche Stärkung erfahren.

5. Nachsorge

Trotz der Wohnortferne der bei uns aufgenommenen Kinder fühlen wir uns auch der ambulanten Nachsorge nach der stationären Rehabilitation verpflichtet. Neben dem Kontakt zum einweisenden bzw. nachbehandelndem Kinderarzt begleiten wir Patienten und deren Angehörige – falls gewünscht

– auch telefonisch weiter oder halten Kontakt über Facebook und E-Mail. Zudem vermitteln wir bei Bedarf weitere Hilfen, Beratungsstellen und Fachleute.