

Mitglied in folgenden Organisationen:

Paritätischen Wohlfahrtsverband – Gesamtverband e.V.(DPWV), World Pancreatic Cancer Coalition (WPCC), Haus der Krebs-Selbsthilfe – Bundesverband e.V. (HKSH-BV), Deutsche Diabetes Föderation e.V.(DDF), Gesellschaft für Rehabilitation bei Verdauungs- und Stoffwechselerkrankungen (GRVS), Deutscher Pankreasclub (DPC) und der Deutschen Gesellschaft zur Bekämpfung der Krankheiten von Magen, Darm und Leber sowie von Störungen des Stoffwechsels und der Ernährung e.V.(GASTRO-LIGA) und der Pancreatic Cancer Europa (PCE)

*Autor:*  
*Rosa Jiménez-Claussen*

*Datum:*  
*27.09.2023*

*Regionalgruppe:*  
*RG Nr. 28*  
*Regionalgruppe Bremen,*  
*Bremerhaven und umzu*

*Weitere Info:*

## Ernährungsberatung bei Bauchspeicheldrüsenerkrankungen im Klinikum Bremen Mitte

*Regionalgruppe Nr.28 – RG Bremen, Bremerhaven und umzu – 4.09.2023*



Die Ernährungsberaterinnen Kathrin Fuhse (links) und Irmela Ubben (rechts) stellten ihre Arbeit im Klinikum Bremen Mitte vor

Das Interesse an der Veranstaltung am 4. September 2023 im Klinikum Bremen Mitte war groß. Kein Wunder, denn an diesem Nachmittag standen den Patientinnen und Patienten gleich zwei Ernährungsberaterinnen aus dem Klinikum Mitte zur Verfügung: Katrin Fuhse (Diätassistentin, B.Sc. Diätetik) aus der ambulanten Ernährungsberatung und Irmela Ubben (Dipl. oec. Troph.), aus der stationären Ernährungsberatung, die auch Diabetesberaterin der Deutschen Diabetes Gesellschaft ist.

Zunächst stellte Frau Fuhse ihre Arbeit bei der ambulanten Ernährungsberatung in der Klinik vor. Dieses Angebot startete vor einem Jahr als Pilotprojekt. Die Erfahrung, dass bei Patienten nach einer Bauchspeicheldrüsenoperation häufig erst zuhause die Fragen zur Ernährung auftauchen, hat zu diesem Schritt geführt. Die Ernährungsberatung auf der Station kann weiterhin in Anspruch genommen werden, doch viele Patienten sind nach einer Operation noch zu schwach und können noch nicht einschätzen, welche

Herausforderungen mit einer Ernährungsumstellung auf sie zukommen werden. Das Klinikum Bremen Mitte möchte sich mit dieser Beratungsstelle um seine Patienten auch nach dem Krankenhausaufenthalt kümmern. Aufgrund der großen Nachfrage wurde die stationäre Ernährungsberatung im Klinikum Bremen Mitte etabliert. Um sie in Anspruch zu nehmen, ist eine vom Hausarzt ausgestellte Ernährungsberatungs-Bescheinigung erforderlich. Dies ist bei Bauchspeicheldrüsenerkrankten kein Problem. Von der Ernährungsberaterin erhält man zwei weitere Formulare, die man an die Krankenkasse schickt. Auf diesem Weg übernimmt die Krankenkasse die Kosten für die Ernährungsberatung und man trägt selbst nur einen geringen Eigenanteil. In der anschließenden Pause mit Getränken, Nüssen, Trauben und Keksen fand zwischen den anwesenden Patienten und Angehörigen ein reger Austausch statt. Manche planten spontan gleich die Anmeldung bei der ambulanten Ernährungsberatung bei Frau Fuhse.



In der Pause fand in gemütlicher Atmosphäre ein reger Austausch statt.

Nach der Pause konnten die Teilnehmenden bei der Vorstellungsrunde ihre zahlreichen Fragen stellen. Darunter waren viele Fragen zum Diabetes und Blähungen und auch zum Muskelaufbau und dem Kribbeln in Armen und Beinen während einer Chemotherapie.

Von einem Prädiabetes spricht man bei einem Langzeitzucker-Wert (HbA1c-Wert) zwischen 6 und 6,5. „An was kann ich merken, dass ich in den Prädiabetes rutsche?“, wollten einige wissen. Viele würden es daran merken, dass sie häufiger Wasser lassen und viel trinken müssten. Der Durst sei dann gar nicht mehr zu stillen, berichtete Frau Ubben. Patienten, denen bei einer Linksresektion-OP der Bauchspeicheldrüsenschwanz und damit ein großer Teil der Insulinzellen entfernt wurde, gehörten zur Risikogruppe für den pankreopriven Diabetes Typ 3c, der behandelt wird wie Diabetes 1. Gegen Blähungen empfahl Frau Ubben langsames Kauen, eine eigene Darmmassage mit Kümmelsalbe oder Kümmelöl und das Trinken von Fenchel-Anis-Kümmel-Tee. Jeder muss, am besten mit einem Ernährungstagebuch, selbst herausfinden, auf was er mit Blähungen reagiert. Rohkost wie einen Salat abends, würden viele Bauchspeicheldrüsenerkrankte nicht mehr vertragen.



Die Anwesenden konnten den Ernährungsberaterinnen alle ihre Fragen stellen.

Bei abgenommenen Muskeln, wenn jemand länger keinen Sport machen konnte, seien Termine beim Krankengymnasten erst einmal hilfreicher, anstatt gleich im Fitness-Studio zu trainieren. Gegen das Kribbeln in Armen und Beinen, was viele während und auch nach einer Chemo-Therapie plagt, hilft nur bei manchen die Einnahme von Vitamin B12. Frau Ubben empfahl hier regelmäßige Termine bei der Ergotherapie, um die Arme und Beine mit Bewegungen zu „beschäftigen“.

Das Thema „Ernährung“ ist immer wieder ein großes Thema in unserer AdP-Gruppe. Auch bei unserem vorherigen Treffen am 26. Juni bezogen sich viele Fragen an die anwesenden Ärzte auf die Ernährung und Verdauungsbeschwerden. Wir danken Kathrin Fuhse und Irmela Ubben, dass Sie bei uns waren und uns mit ihrer Kompetenz zur Verfügung standen. Die ambulante Ernährungsberatung des Klinikums Bremen Mitte kann über diesen Kontakt in Anspruch genommen werden:

Ambulante Ernährungsberatung im Klinikum Bremen Mitte

Katrin Fuhse

St.-Jürgen-Str. 1, 28205 Bremen

Tel. 0421 497 70450

Mail: [katrin.fuhse@gesundheitnord.de](mailto:katrin.fuhse@gesundheitnord.de)

Rosa Jiménez-Claussen, Regionalleiterin AdP e.V. für Bremen, Bremerhaven und umzu