



## ERNÄHRUNGSBERATUNG

### BERATUNGS- SCHWERPUNKTE

- Ernährungsberatung bei:
  - Stoffwechselkrankheiten
  - starkem Übergewicht (Adipositas)
  - Herz-/Kreislaufkrankungen
  - Krankheiten des Verdauungssystems
  - Nierenerkrankungen
  - Fehl- und Mangelernährungszuständen
  - Nahrungsmittelallergien
- Ernährung im Spital (klinische Ernährungstherapie)
- Allgemeine Ernährungsfragen

### KONTAKT

T 041 818 41 95  
ernaehrungsberatung@spital-schwyz.ch

**Ernährung ist nicht nur eine Frage des Geschmacks. Was wir essen, gibt uns Kraft und Energie – und beeinflusst massgeblich unsere Gesundheit. In bestimmten Situationen ist eine Umstellung der Essgewohnheiten erforderlich: z. B. nach einer Operation am Verdauungstrakt, bei Nierenerkrankungen, Stoffwechselstörungen, Allergien auf Nahrungsbestandteile oder bei ernsthaften Gewichtsproblemen. Bei unseren diplomierten Ernährungsberaterinnen HF/FH sind Sie in jedem Fall in guten Händen. In Gesprächen klären wir sorgfältig ab, was Sie aus Ernährungssicht für Ihr Wohlbefinden tun können. Dabei geht es nicht nur um die Kost selbst, sondern auch um das Essverhalten. Eine bewusste Ernährung bereitet Freude und schmeckt wohl. Dabei berücksichtigen wir gerne Ihre persönlichen Vorlieben und stimmen den Ernährungsplan ganz individuell auf Ihre Bedürfnisse ab. Wir wünschen Ihnen einen gesunden Appetit!**

#### **Ernährungsberatung**

Im Einzelgespräch wird das nötige Wissen vermittelt, Bedürfnisse werden individuell besprochen und realistische Ziele gemeinsam erarbeitet. Ein massgeschneiderter Massnahmenplan erleichtert die Umsetzung im Alltag.

#### **Ernährung im Spital (klinische Ernährungstherapie)**

Bei Ernährungsproblemen, künstlicher Ernährung oder Dialysebehandlungen erfassen unsere Ernährungsberaterinnen als erstes die Gesamtsituation. Mit Blick auf medizinische und persönliche Faktoren werden Massnahmen zur bedarfsgerechten Ernährung vereinbart. In Absprache mit dem zuständigen Arzt erfolgen entsprechende Anweisungen an die Diätküche und Pflegefachpersonen.

#### **Allgemeine Ernährungsfragen**

Haben Sie Ernährungsfragen? Wir können Sie dabei unterstützen, sich optimal zu ernähren, gesund abzunehmen und das Gewicht zu halten. Vereinbaren Sie einen Termin mit uns – wir sind gerne für Sie da.