

Ungesund und klimaschädlich: Essen in Krankenhäusern und Pflegeheimen untersucht

Statt zur Genesung beizutragen, kann das Essen in Krankenhäusern und Pflegeheimen die Gesundheit gefährden - und die Umwelt. Das zeigt eine jetzt in The Lancet Planetary Health veröffentlichte Studie. Forschende vom Potsdam-Institut für Klimafolgenforschung (PIK), der Charité - Universitätsmedizin Berlin und der Stanford University haben festgestellt, dass die Verpflegung in den untersuchten Einrichtungen zu wenig gesunde, pflanzliche Lebensmittel und zu viele ungesunde und umweltschädliche Optionen enthält. Damit sind die angebotenen Mahlzeiten weder förderlich für die individuelle noch für die planetare Gesundheit.

In der weltweit ersten umfassenden Studie, die untersucht, wie gesund und umweltfreundlich das Nahrungsangebot in Gesundheitseinrichtungen ist, hat ein internationales Forschungsteam die Speisepläne und Einkaufsdaten von zwei Krankenhäusern und drei Pflegeheimen durchschnittlicher Größe in Deutschland analysiert. Die Verpflegung in den untersuchten Einrichtungen ähnelt vermutlich dem Angebot in vielen Gesundheitseinrichtungen in westlichen Ländern.

„Wir haben festgestellt, dass die Mahlzeiten zu wenig gesunde pflanzliche Lebensmittel wie Gemüse, Obst, Vollkornprodukte und Hülsenfrüchte enthalten - und gleichzeitig zu viele Weißmehlprodukte, zugesetzten Zucker, Salz und gesättigte Fette“, sagt Lisa Pörtner, Hauptautorin der Studie vom PIK und der Charité. „Das führt dazu, dass Ernährungsqualität und Nährstoffangebot zu gering ausfallen.“ In allen untersuchten Einrichtungen enthielten die Mahlzeiten deutlich weniger als die empfohlene Tagesmenge essentieller Nährstoffe wie Folsäure, Kalium und Vitamin B6. In Pflegeheimen kam noch eine unzureichende Eiweißversorgung hinzu.

„Kalorien aus vollwertigen, pflanzlichen Lebensmitteln machten in allen Einrichtungen weniger als ein Fünftel der Energiezufuhr aus - deutlich unter den 80 Prozent, die zum Beispiel die Planetary Health Diet empfiehlt“, so Pörtner weiter. Gleichzeitig lieferten Weißmehlprodukte mehr als 20 Prozent der Kalorien, und rotes Fleisch trug zwischen 10 und 17 Prozent bei - was insgesamt zu einer schlechten Ernährungsqualität führt. Tierische Produkte, insbesondere rotes Fleisch und Milchprodukte, tragen zudem maßgeblich zu den negativen Auswirkungen auf die Umwelt bei, etwa zu hohen Treibhausgasemissionen, zu einem großen Flächenverbrauch oder zur Wasserverschmutzung.

Verpflegung in Pflegeheimen und Krankenhäusern trägt zum Klimawandel bei

„Unsere Ergebnisse zeigen, dass das Essen in den untersuchten Einrichtungen ein Gesundheitsrisiko darstellen kann, wenn es über längere Zeiträume konsumiert wird“, erklärt Nathalie Lambrecht von der Stanford University. „Denn ungesunde Ernährung ist eine Hauptursache chronischer Erkrankungen. Dabei sollten gerade Gesundheitseinrichtungen ein Vorbild für gesunde Ernährung sein. Darüber hinaus trägt die Verpflegung in ihrer jetzigen Form zur Umweltzerstörung und zum Klimawandel bei - was wiederum die Gesundheit bedroht.“

Die Autorinnen kommen zu dem Schluss, dass die Verpflegung in Pflegeheimen und Krankenhäusern grundlegend verändert werden muss, um sowohl die Gesundheit der Menschen als auch die des

Planeten zu schützen. Beide Ziele lassen sich durch ähnliche Maßnahmen erreichen: mehr gesunde, pflanzliche Lebensmittel bei gleichzeitiger Reduktion des übermäßigen Verzehrs tierischer Produkte. Die Studie empfiehlt verpflichtende Standards für eine gesunde und umweltfreundliche Ernährung in Gesundheitseinrichtungen sowie regelmäßige Untersuchungen der Ernährungsqualität und der ökologischen Auswirkungen als zentrale Hebel, um die Gesundheit zu fördern und gleichzeitig die Umwelt zu schützen.

Die deutsche Bundesregierung hat zwar im vergangenen Jahr eine Ernährungsstrategie veröffentlicht, in der auch eine Verbesserung der Verpflegung in Gesundheitseinrichtungen genannt wird, konkrete politische Maßnahmen stehen bislang jedoch aus. Die Autorinnen betonen jedoch, dass die Verantwortung nicht allein bei den Einrichtungen liegt, die in den letzten Jahren unter zunehmendem, u.a. finanziellem Druck standen. „Politik und Gesundheitsversorger müssen die Qualität der Verpflegung dringend priorisieren, klare Standards setzen und die bestehenden Datenlücken schließen, um in Zukunft eine Versorgung mit gesunden Mahlzeiten zu gewährleisten – ohne dem Planeten zu schaden“, sagt PIK-Forscherin Pörtner. Das Projekt wurde gefördert von der Deutschen Bundesstiftung Umwelt (DBU).

Originalpublikation:

Pörtner, L. M., Schlenger, L., Gabrysch, S., Lambrecht, N. J.: Dietary quality and environmental footprint of health-care foodservice: a quantitative analysis using dietary indices and lifecycle assessment data. The Lancet Planetary Health [DOI: 10.1016/j.lanplh.2025.05.004]
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S254251962500138X> – Weblink zum Artikel