

Zwischen Food-Trends und Fachwissen: DGEM warnt vor Wildwuchs in der Ernährungstherapie

Malnutrition Awareness Week 2025 vom 10. bis 14. November 2025, Online-Pressekonferenz am 11. November, 11 Uhr

Berlin - Ernährung ist allgegenwärtig - in sozialen Medien, in Lifestyle-Magazinen, in Fitness-Apps. Doch Detox-Versprechen und Influencer-Diäten ersetzen keine qualifizierte ernährungsmedizinische Beratung. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e. V. (DGEM) warnt anlässlich der Malnutrition Awareness Week (MAW) 2025 vor dem wachsenden Wildwuchs unqualifizierter Ernährungsangebote und fordert, wissenschaftlich fundierte Ernährungstherapie als festen Bestandteil der medizinischen Versorgung zu verankern. Bei einer Online-Pressekonferenz am 11. November stellen Experten der Fachgesellschaft mit E-Zert und nutriZert zwei Instrumente vor, die Orientierung bei der Wahl einer Ernährungsberatung bieten sollen.

„Nicht jedes Instagram-Rezept heilt – wir brauchen geprüfte Qualität, keine Heilsversprechen“, sagt Dr. med. Gert Bischoff, Präsident der DGEM und Leitender Arzt am Zentrum für Ernährungsmedizin und Prävention am Krankenhaus Barmherzige Brüder in München. Die Ernährungsmedizin habe in den letzten Jahren stark an Bedeutung gewonnen, doch die Fülle an selbsternannten Expertinnen und Experten mache es Patientinnen und Patienten schwer, seriöse von unseriösen Angeboten zu unterscheiden.

Um die Qualität zu sichern, haben die führenden ernährungsmedizinischen Fachgesellschaften – darunter DGEM, DAEM, BDEM, VDD und VDOE – neue Instrumente etabliert: die Plattform E-Zert, die qualifizierte Ernährungsfachkräfte auszeichnet, und die Initiative nutriZert, die ganze ernährungsmedizinische Einrichtungen zertifiziert. Beide Programme stehen für Transparenz, Interdisziplinarität und wissenschaftlich geprüfte Kompetenz.

Mangelernährung: ein übersehenes Risiko

Während auf der einen Seite falsche Trends dominieren, bleibt auf der anderen Seite ein lebensbedrohliches Problem oft unbeachtet: krankheitsbedingte Mangelernährung. In Deutschland sind 20 bis 30 Prozent der Klinikpatientinnen und -patienten betroffen, ebenso viele Menschen in Pflegeeinrichtungen. Professor Dr. med. Matthias Pirlich, Vizepräsident der DGEM und niedergelassener Ernährungsmediziner in Berlin, betont: „Mangelernährung ist keine Randerscheinung, sondern eine stille Volkskrankheit. Sie verschlechtert die Prognose, erhöht die Sterblichkeit und verursacht Milliardenkosten für das Gesundheitssystem.“

Aktuelle Studien zeigen, dass ein strukturiertes Ernährungsmanagement die Kliniksterblichkeit um 27 Prozent senken kann. Würden alle Krankenhäuser in Deutschland Patientinnen und Patienten systematisch auf Mangelernährung screenen und ernährungstherapeutisch behandeln, könnten jährlich mehr als 50.000 Todesfälle vermieden und erhebliche Kosten gespart werden. Trotz dieser Evidenz verfügen nach aktuellen Schätzungen jedoch nur ca. 10 bis 20 Prozent der Kliniken in Deutschland über qualifizierte Ernährungsteams.

DGEM fordert strukturelle Reformen

Die DGEM fordert, die Ernährungstherapie als verpflichtendes Strukturmerkmal in der Krankenhausreform zu verankern und die Finanzierung ernährungsmedizinischer Leistungen im ambulanten Bereich sicherzustellen. „Es ist paradox, dass wir wissen, wie wir Leben retten können, aber die Strukturen fehlen“, so Pirlich. „Ernährungsmedizinische Versorgung muss flächendeckend verfügbar und qualitätsgesichert sein.“ Dr. Bischoff ergänzt: „Mit E-Zert und nutriZert haben wir die Instrumente, um Qualität sichtbar zu machen. Jetzt ist es Aufgabe der Politik, diese Strukturen in der Regelversorgung zu verankern.“

Malnutrition Awareness Week 2025

Im Rahmen der europaweiten Malnutrition Awareness Week 2025 macht die DGEM gemeinsam mit ihren Partnerorganisationen auf die Bedeutung einer evidenzbasierten Ernährungsversorgung aufmerksam. Die Pressekonferenz der DGEM zur Aktionswoche findet am 11. November 2025 um 11:00 Uhr online statt. Dort thematisieren die Referierenden auch Mangelernährung im Alter und bei Diabetes und Überernährung.

Informationen zur Anmeldung und weiteren Veranstaltungen stehen unter www.mangelernaehrung-bekaempfen.de.

Terminhinweis:

Pressekonferenz der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin e. V. (DGEM) anlässlich der Malnutrition Awareness Week 2025

Thema: Mangelernährung im Überfluss: Herausforderungen für Medizin, Prävention und Versorgung

Termin: Dienstag, 11. November 2025, 11:00 bis 12:00 Uhr

Anmeldung: <https://events.teams.microsoft.com/event/d6c47f04-b3d9-481a-99f5-b6e719f0fff1@1495922a-4378-45e9-a32a-422448450fb1>