Universitätsmedizin Essen
Universitätsklinikum

Universitätsmedizin Essen
Nachhaltigkeitsmanagement

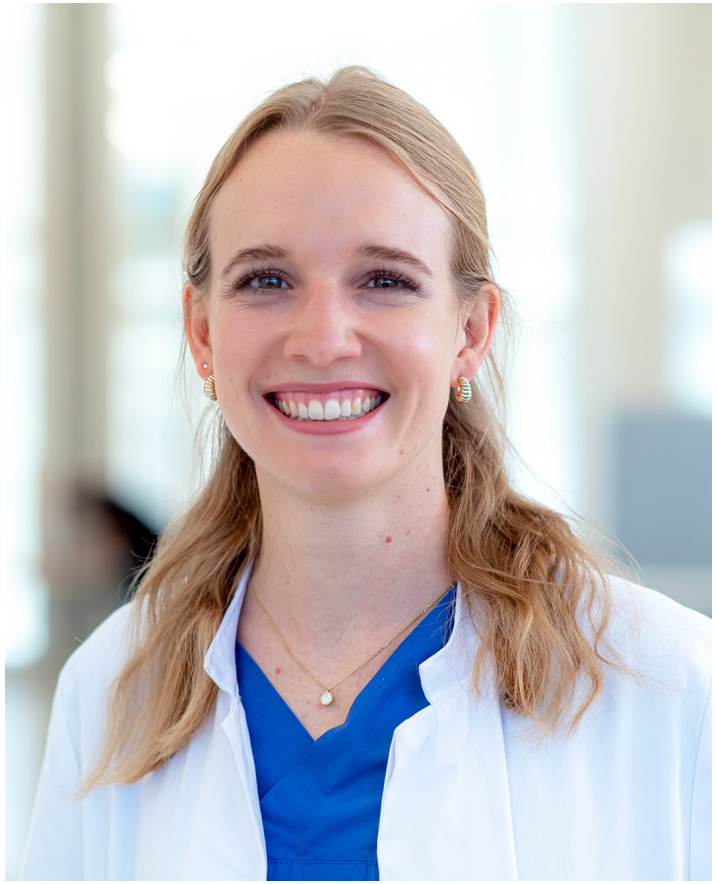
Ernährungstransformation – ein wichtiger Beitrag auf dem Weg zum Green Hospital

Dr. med. Kristin Hünninghaus

GRÜNER KLIMAKONGRESS - Themenforum

04. November 2023

Vorstellung



Dr. med. Kristin Hünninghaus

Fachärztin für Innere Medizin
Zentrum für Naturheilkunde und Integrative Medizin
Klinik für Gastroenterologie, Hepatologie und Transplantationsmedizin
Universitätsmedizin Essen

in Weiterbildung: Ernährungsmedizin

Nachhaltigkeitsbeauftragte & Team Green-Mitglied an der Universitätsmedizin Essen

Keine Interessenskonflikte!

Ehrenamtliches und politisches Engagement im Bereich Ernährung und Klimaschutz

PAN Physicians Association for Nutrition
HEALTH FOR FUTURE
KLUG Deutsche Allianz Klimawandel und Gesundheit
DGEM DEUTSCHE GESELLSCHAFT FÜR ERNÄHRUNGSMEDIZIN E.V.
Universitätsmedizin Essen Nachhaltigkeitsmanagement

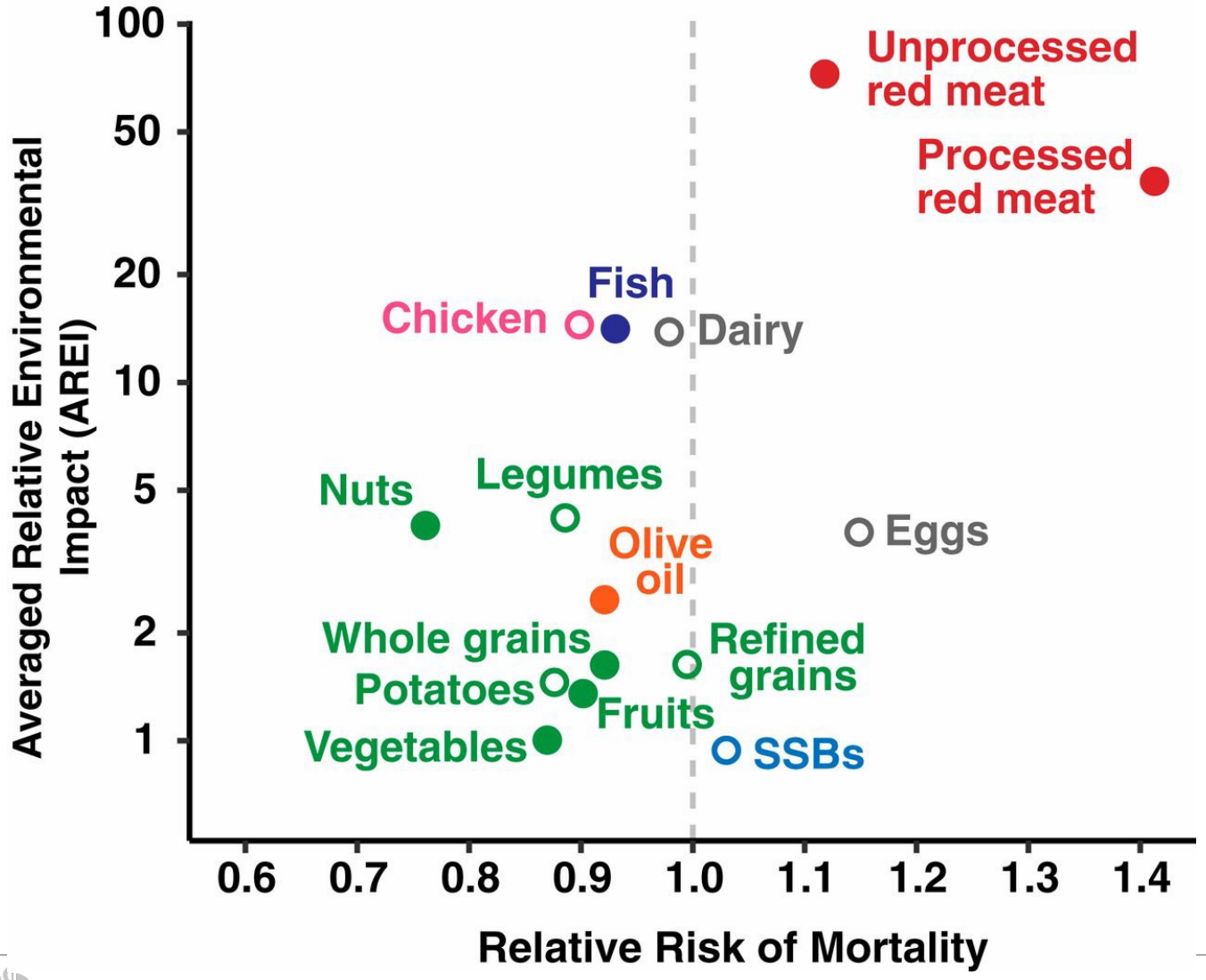
Agenda

Wissenschaftlicher Hintergrund
Warum benötigen wir eine Ernährungstransformation?

Lösungsansätze

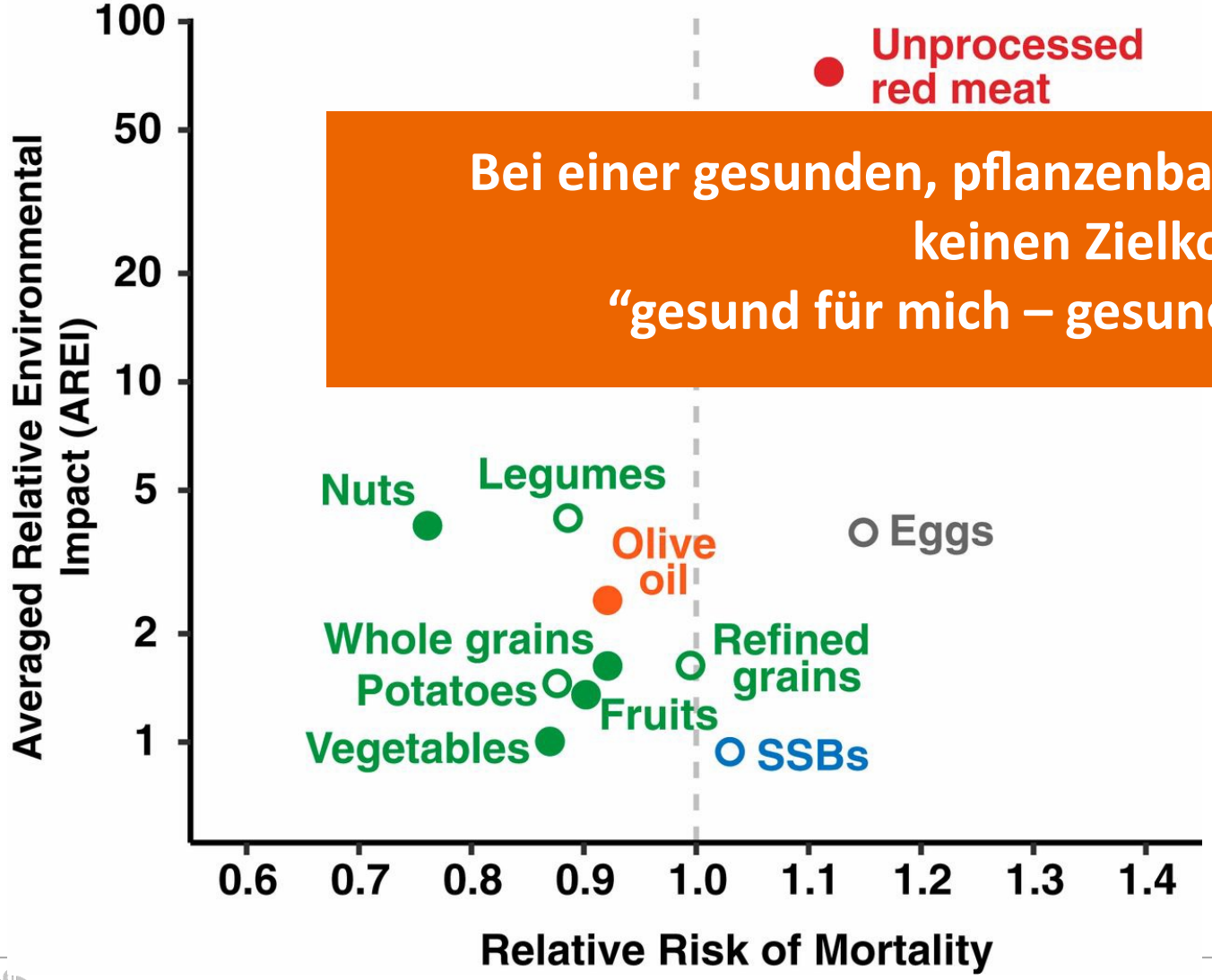
Transformationsprojekt
der Verpflegung an der Universitätsmedizin Essen

Ernährung und die individuelle Gesundheit



Clark, Michael A., et al., PNAS, 116.46 (2019): 23357-23362.
Fadnes LT et al., 2022), PLOS Medicine 19(2): e1003889.

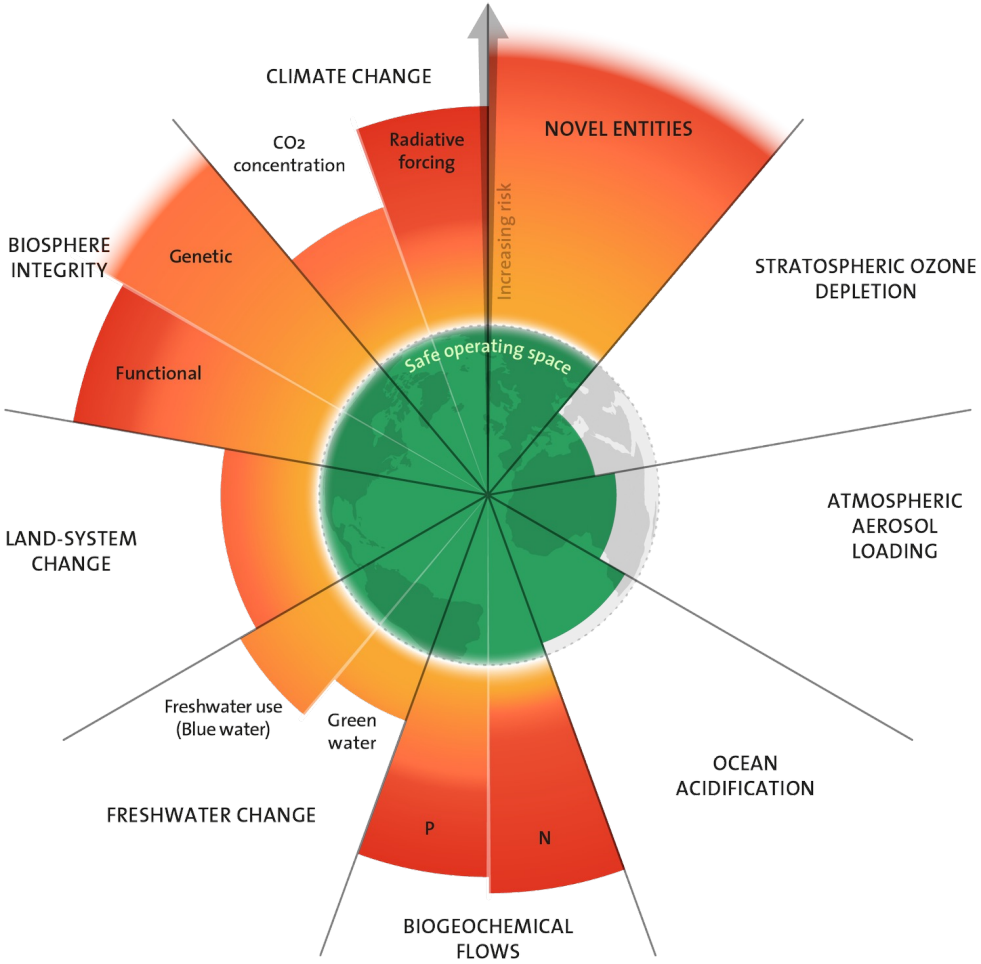
Ernährung und die individuelle Gesundheit



Bei einer gesunden, pflanzenbasierten Ernährung gibt es keinen Zielkonflikt:
“gesund für mich – gesund für den Planeten“

Clark, Michael A., et al., PNAS, 116.46 (2019): 23357-23362.
Fadnes LT et al., 2022), PLOS Medicine 19(2): e1003889.

Ernährung und die planetare Gesundheit



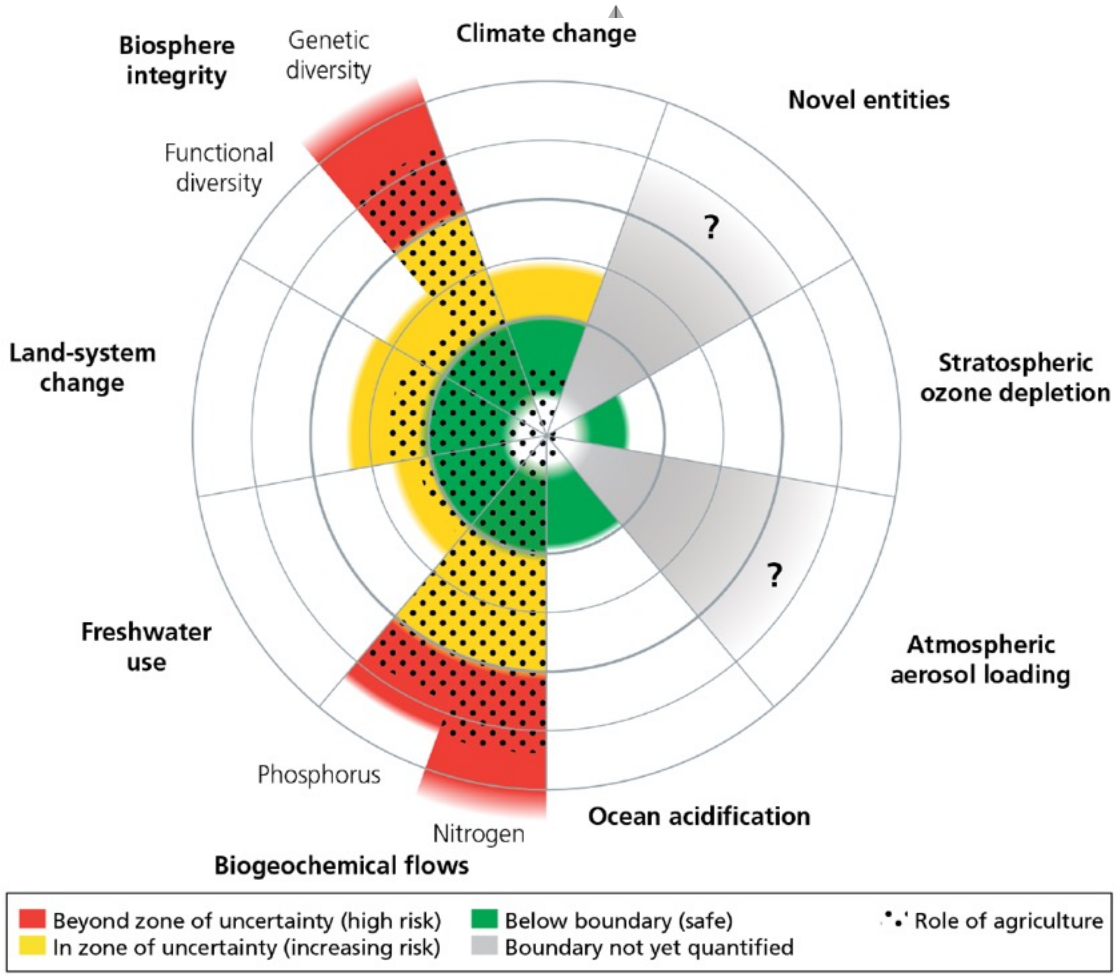
→ das **Überschreiten dieser ökologischen Belastungsgrenzen** hat gravierende Folgen für die menschliche Existenz

→ unsere **Ernährung ist mit hauptverantwortlich für das (drohende) Überschreiten verschiedener planetarer Grenzen**:

- Artensterben (Biodiversitätskrise)
- Abholzungen (Landnutzungsänderungen)
- Biogeochemische Kreisläufe (Stickstoff- und Phosphat)
- Klimakrise
- Frischwasser-Gebrauch

Rockström, J. et al., Nature, 2014

Ernährung und die planetare Gesundheit



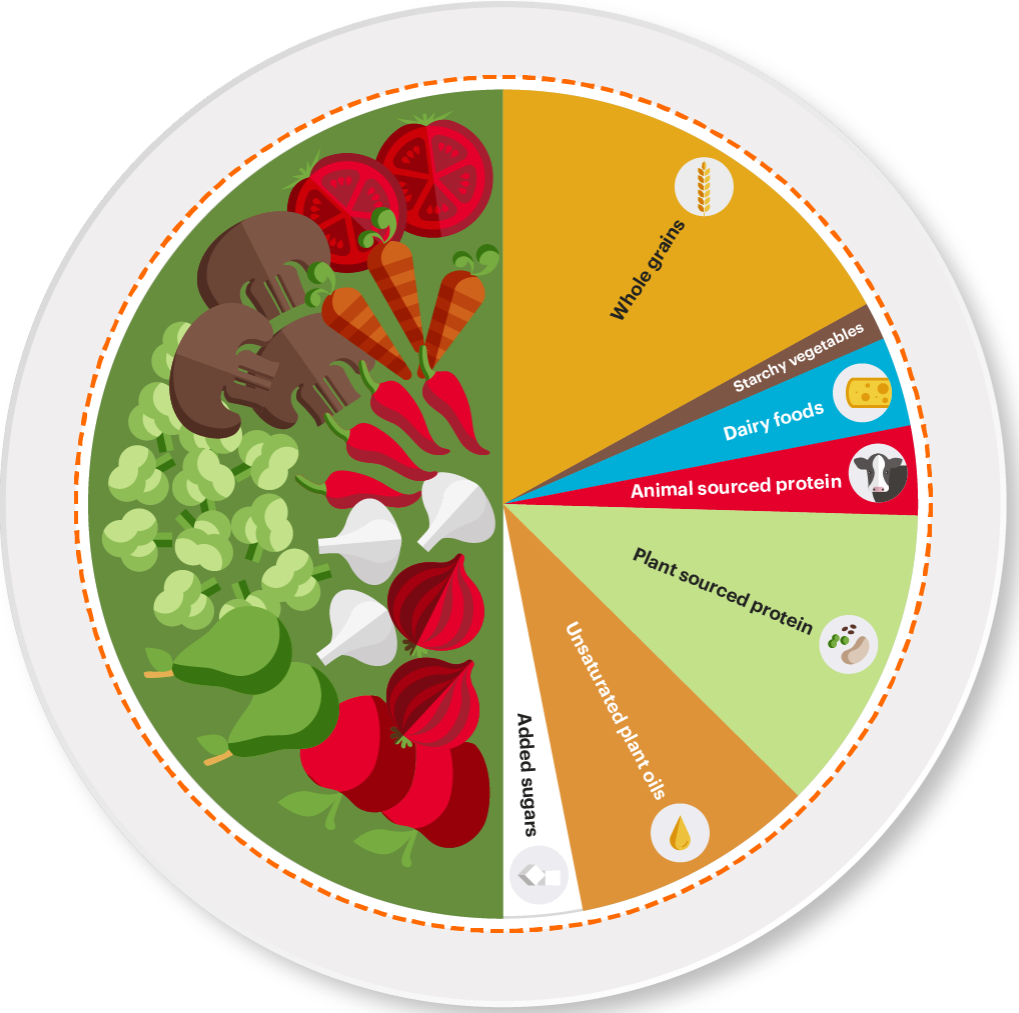
→ das **Überschreiten dieser ökologischen Belastungsgrenzen** hat gravierende Folgen für die menschliche Existenz

→ unsere **Ernährung ist mit hauptverantwortlich für das (drohende) Überschreiten verschiedener planetarer Grenzen**:

- Artensterben (Biodiversitätskrise)
- Abholzungen (Landnutzungsänderungen)
- Biogeochemische Kreisläufe (Stickstoff- und Phosphat)
- Klimakrise
- Frischwasser-Gebrauch

Rockström, J. et al., Nature, 2014

Die *Planetary Health Diet* – ein Lösungsansatz



Ernährung für **10 Milliarden Menschen bis 2050**

Verhindern von ca. **11 Millionen frühzeitigen Todesfällen** jährlich

Win-Win: Förderung der individuellen und planetaren Gesundheit

Erreichen der **UN Sustainable Development Goals** &
des **Pariser Klimaabkommens**

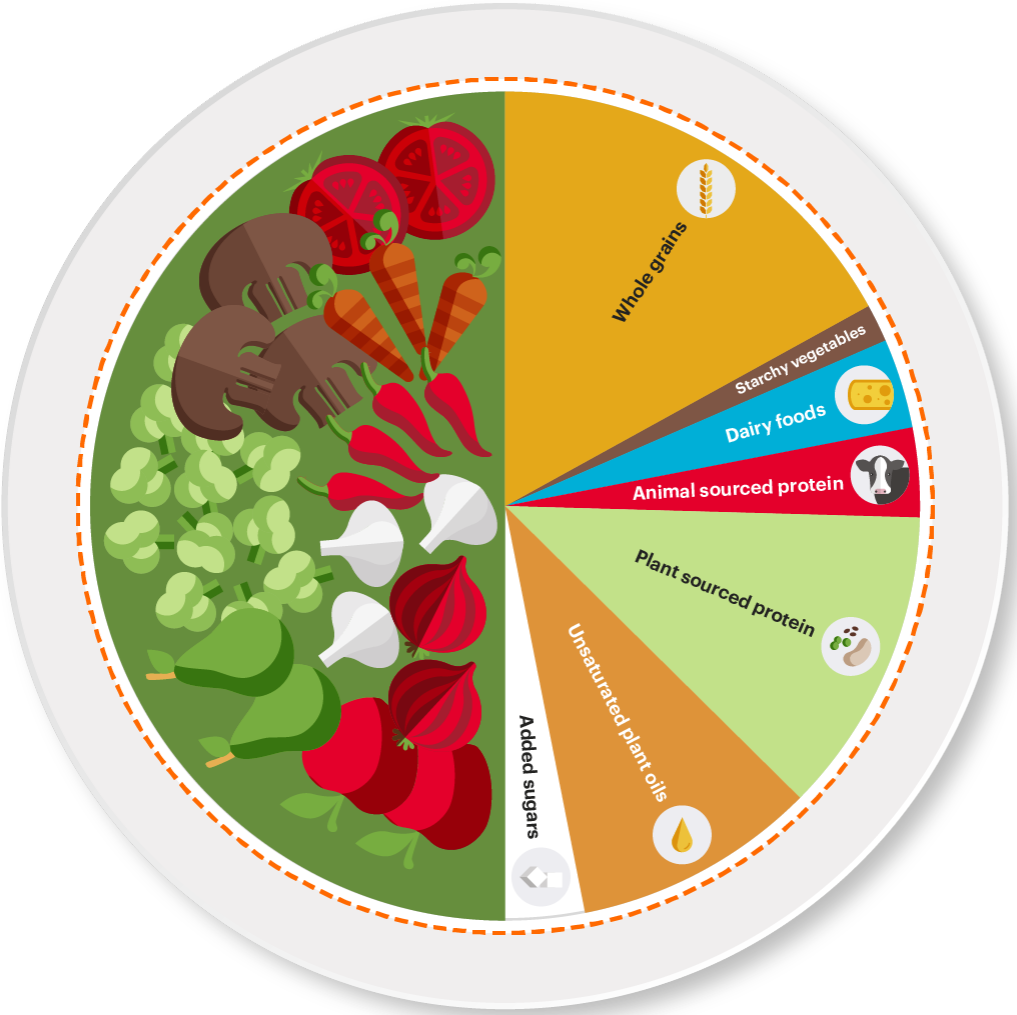
Reim pflanzliches bis flexitarisches Ernährungsmuster

↑
Gemüse
Obst
Pflanzliche Proteinquellen
z. B. Hülsenfrüchte
Vollkornprodukte

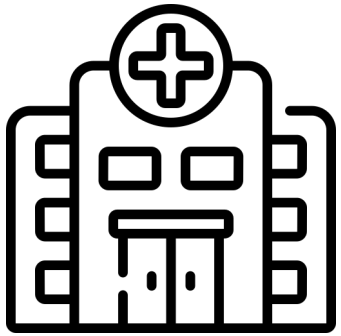
↓
Zugesetzte Zucker
Tierische Lebensmittel

Willett, W., et al., 2019, Lancet

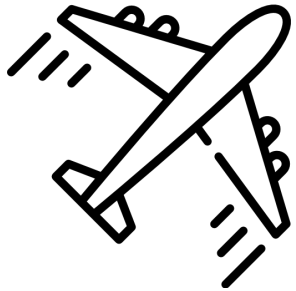
Planetary Health Diet versus deutsche Ernährung



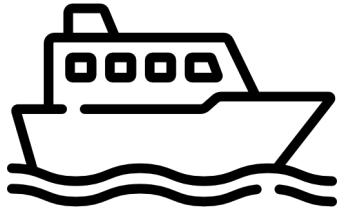
Warum ist eine Ernährungstransformation von Nöten?



4,4 %

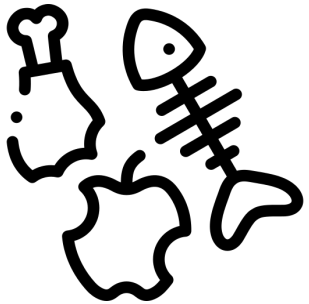


3 %



2 %

26 %

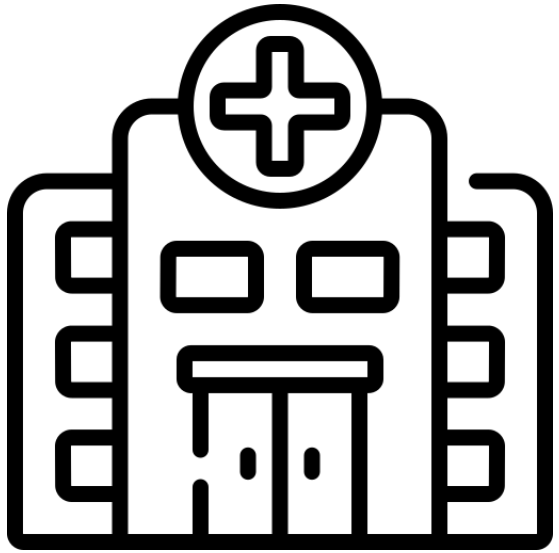


6 %

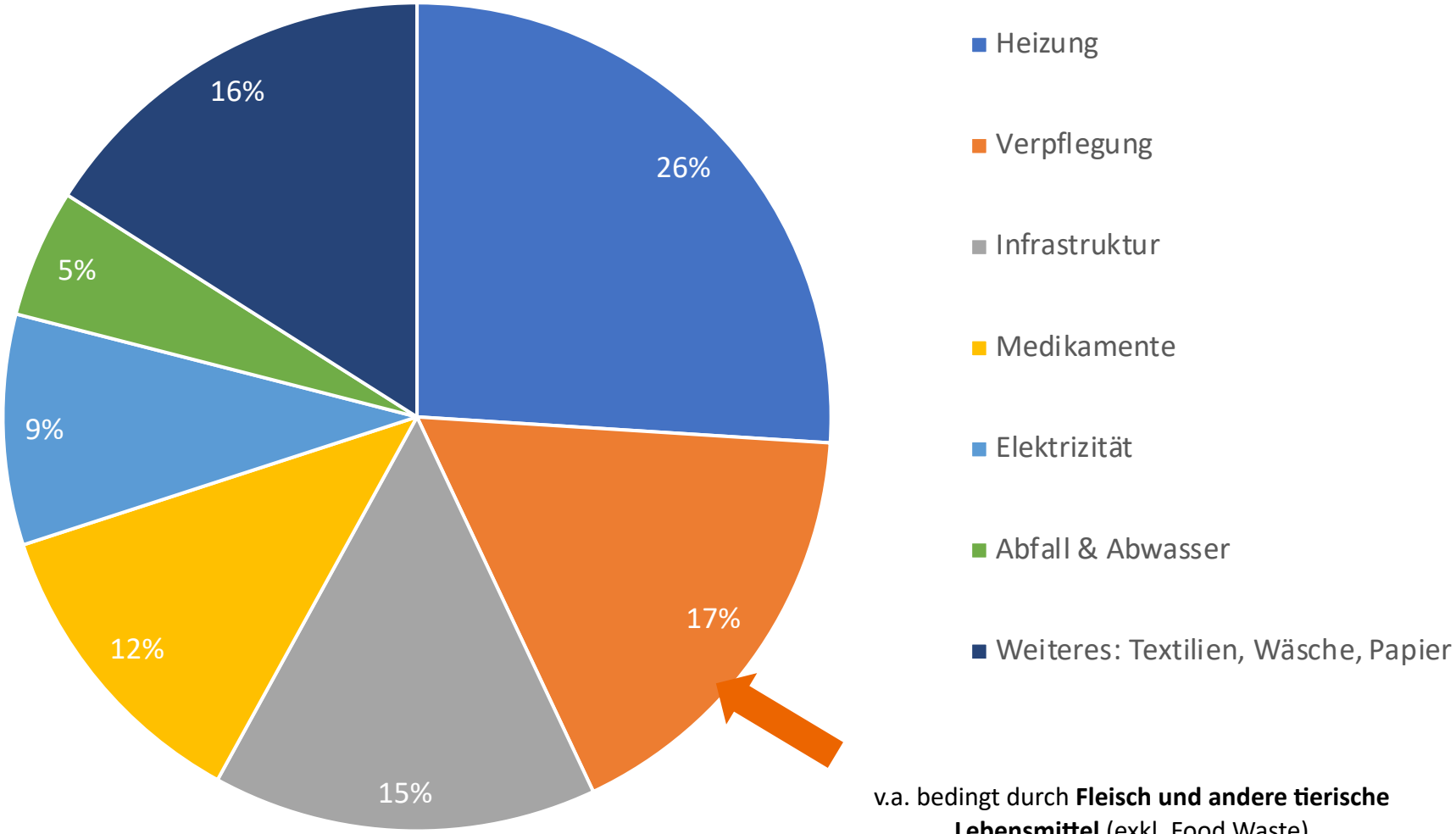
...der globalen Treibhausgas-Emissionen

POORE, J. & NEMECEK, T. 2018, *Science*
Care Without Harm, Health Green Paper Number One, 2019

Umweltwirkung von Krankenhäusern – die verantwortlichen Bereiche



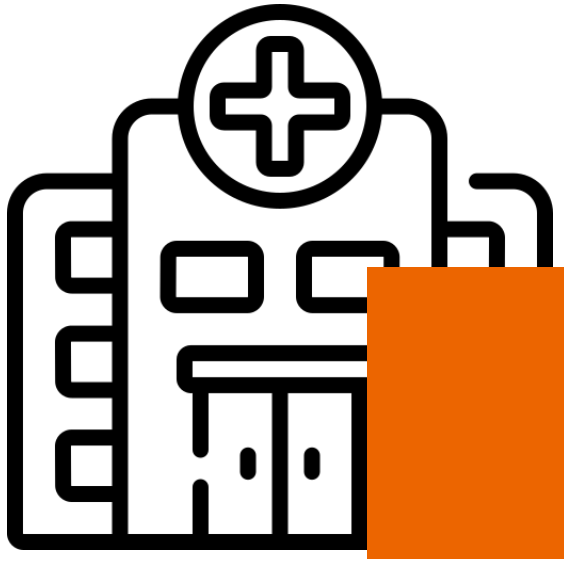
5,2 %
der deutschen
Treibhausgas-Emissionen



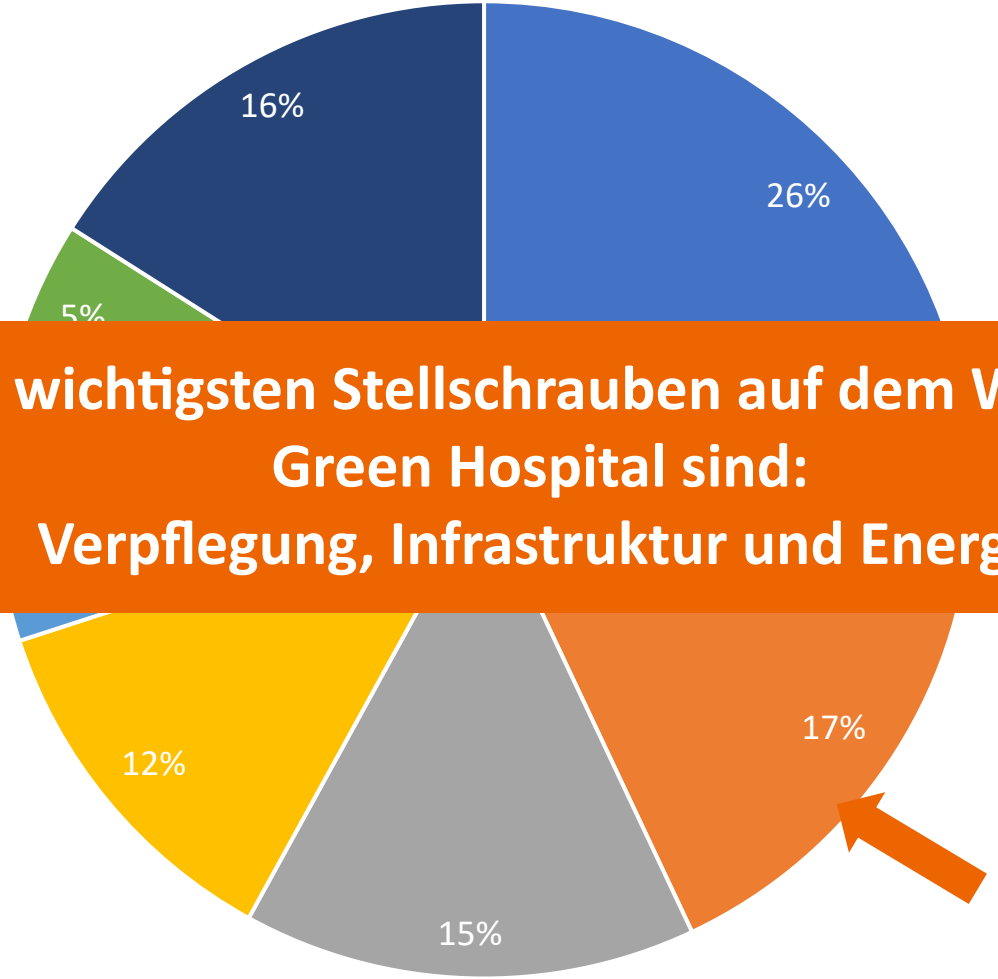
v.a. bedingt durch **Fleisch und andere tierische Lebensmittel** (exkl. Food Waste)

Care Without Harm, Health Green Paper Number One, 2019 & Keller, R. L. et al., 2021

Umweltwirkung von Krankenhäusern – die verantwortlichen Bereiche



5,2 %
der deutschen
Treibhausgas-Emissionen



...die wichtigsten Stellschrauben auf dem Weg zum Green Hospital sind: Verpflegung, Infrastruktur und Energie

v.a. bedingt durch **Fleisch und andere tierische Lebensmittel** (exkl. Food Waste)

Care Without Harm, Health Green Paper Number One, 2019 & Keller, R. L. et al., 2021

Ernährung im Krankenhaus

- Wenig Evidenz, aber viel Erfahrung!
- häufig **ungesund und unappetitlich**
- **schlecht für die Umwelt**
- hoher Verzehr tierischer Lebensmittel: 3* täglich, 7 Tage pro Woche Fleisch- / Wurstwaren
- hohe Prävalenz von **Mangelernährung**
- **Entkopplung** von Verpflegung und Therapie
- Hohe **Lebensmittelmittelverschwendung**
- **sehr geringes Budget** (Deutschland-weit durchschnittlich 5,32 € pro Tag pro Patient:in)

3

Ernährung neu denken – Leitfaden für die Etablierung einer nachhaltigen Verpflegung im Krankenhaus

Kristin Hünninghaus, Sigrid Bosmann und Gustav Dobos

Universitätsmedizin Essen
Universitätsklinikum
Zentrum für Naturheilkunde
und Planetare Gesundheit

Beitrag zur / zum

- **Betrieblichen Gesundheitsförderung**
- **Green Hospital**
- **Verhältnisprävention**
- **Nationalen Ernährungswende**

Transformation der Ernährung an der UME

Ziele:

- Ernährung im Sinne der Planetary Health Diet für Patient:innen und Mitarbeitende
- Reduktion der Lebensmittelverschwendung
- Schaffung einer Evidenz-basierten deutschlandweiten Vorbildfunktion
- Übertragung auf weitere Krankenhäuser & Einflussnahme auf Politik

Umsetzung (u.a.):

- Ausbau leckerer pflanzenbasierter Gerichte
- Entwicklung von Maßnahmen gegen Lebensmittelverschwendung
- Einsatz von Nudging

Universitätsmedizin Essen
Universitätsklinikum
Zentrum für Naturheilkunde
und Planetare Gesundheit

Unsere digitale Lehrküche

Ziele:

- Mitarbeitende zu einer nachhaltigen und gesunden Ernährung befähigen
- Bewusstsein für den Zusammenhang zwischen Ernährung, individueller & planetarer Gesundheit schärfen

Umsetzung:

- Interaktive Lehrküchenveranstaltungen
- Evidenzbasierte Infos zu nachhaltigen & gesunden Ernährung
- Kochvideos zum Nachkochen & Rezeptesammlung
- Gemeinsames Kochen und Essen

Beitrag zur / zum

- **Ernährungskompetenz**
- **Betrieblichen Gesundheitsförderung**
- **Umweltschutz**
- **Verhaltensprävention**

Transformation der Verpflegung im Krankenhaus

- Mehrgewinn für alle Beteiligten

Für Mitarbeiter:innen
Betriebliche Gesundheitsförderung
Vorbildfunktion für zukünftiges Essverhalten
Zeichen der Anerkennung & Wertschätzung

Für unseren Planeten
Einsparung von Landfläche, Wasser, Treibhausgasen
Schutz der Biodiversität
Förderung von Tierwohl

Für Patient:innen
Verbindung von Verpflegung & Therapie
Steigerung der Zufriedenheit
Förderung der Genesung und Gesundheit langfristig

Für den Caterer
Image-bildende Maßnahme → großes mediales Interesse
Beitrag zur Corporate Social Responsibility (CSR) → Agent of change
Ausbau der Nachfrage im Care-Bereich & anderen Gemeinschaftseinrichtungen

Für die Klinik
Effektive Einsparung von Treibhausgas-Emissionen (Beitrag zum *Green Hospital*)
Vorbildsfunktion für andere Gemeinschaftseinrichtung
Erhöhung der Attraktivität als Arbeitgeber

Vielen Dank für Ihr Interesse!

Bei Rückfragen melden Sie sich gerne bei mir!

Meine Kontaktdaten:
Dr. med. Kristin Hünninghaus
Universitätsklinikum Essen (AöR)

Telefon: 0201 / 723-77381
E-Mail: kristin.huenninghaus@uk-essen.de