

Zeitschrift: Das Schweizerische Rote Kreuz

Herausgeber: Schweizerisches Rotes Kreuz

Band: 88 (1979)

Heft: 2

Artikel: Diätassistentin : ein wenig bekannter medizinisch-therapeutischer Beruf

Autor: Kranholdt, Ute

DOI: <https://doi.org/10.5169/seals-547971>

Nutzungsbedingungen

Die ETH-Bibliothek ist die Anbieterin der digitalisierten Zeitschriften auf E-Periodica. Sie besitzt keine Urheberrechte an den Zeitschriften und ist nicht verantwortlich für deren Inhalte. Die Rechte liegen in der Regel bei den Herausgebern beziehungsweise den externen Rechteinhabern. Das Veröffentlichen von Bildern in Print- und Online-Publikationen sowie auf Social Media-Kanälen oder Webseiten ist nur mit vorheriger Genehmigung der Rechteinhaber erlaubt. [Mehr erfahren](#)

Conditions d'utilisation

L'ETH Library est le fournisseur des revues numérisées. Elle ne détient aucun droit d'auteur sur les revues et n'est pas responsable de leur contenu. En règle générale, les droits sont détenus par les éditeurs ou les détenteurs de droits externes. La reproduction d'images dans des publications imprimées ou en ligne ainsi que sur des canaux de médias sociaux ou des sites web n'est autorisée qu'avec l'accord préalable des détenteurs des droits. [En savoir plus](#)

Terms of use

The ETH Library is the provider of the digitised journals. It does not own any copyrights to the journals and is not responsible for their content. The rights usually lie with the publishers or the external rights holders. Publishing images in print and online publications, as well as on social media channels or websites, is only permitted with the prior consent of the rights holders. [Find out more](#)

Download PDF: 14.01.2026

ETH-Bibliothek Zürich, E-Periodica, <https://www.e-periodica.ch>

Diätassistentin – ein wenig bekannter medizinisch-therapeutischer Beruf

Ute Kranholdt, Leiterin der Schule für Diätassistentinnen und Diätassistenten am Inselspital, Bern, gibt Auskunft.

Eine Arbeitsgruppe aus Vertretern der Schulen für Diätassistentinnen und des Schweizerischen Roten Kreuzes ist seit einiger Zeit damit beschäftigt, gemeinsame Ausbildungsrichtlinien und Stoffpläne zu erarbeiten. Die einheitliche Berufsausbildung ist Vorbedingung für die Anerkennung der Schulen durch das Schweizerische Rote Kreuz.

Ursprung und Begriff der Diätetik

Schon im Altertum kannte man den Einfluss der Ernährung auf das allgemeine Befinden. Um 400 v. Chr. wurde zum Beispiel in der Schule von Kos unter dem berühmten Hypokrates der Begriff «diaita» (Lebens- und Essgewohnheiten) eingeführt.

In unserem Lande erlebte man die ersten Bemühungen um eine Systematisierung der Erkenntnisse in den zwanziger Jahren dieses Jahrhunderts. 1930 erhielten vier Krankenschwestern in Zürich eine dreimonatige Ausbildung in Diätetik; ab 1931 führte das Kantonsspital Zürich dann einen zweijährigen Lehrgang, unter der Leitung von Prof. Gloor, durch. Nach dem Zweiten Weltkrieg wurde die Ausbildung der Diätassistentinnen, dem gestiegerten Bedürfnis entsprechend, erweitert. Heute bestehen drei Schulen – in Zürich, Genf und Bern –, die alle eine dreijährige Ausbildung anbieten.

Unter «Diät» versteht man bei uns eine besondere Kost für Kranke. Diätetik dagegen hat eine umfassendere Bedeutung, nämlich «Lehre von der gesunden Ernährung», und das ist heute ein weites Arbeitsfeld der Diätassistentin. (Es gibt auch männliche Berufsangehörige, aber sie sind in der Minderheit, deshalb benutzen wir hier einfachheitshalber stets die weibliche Form.)

Wie wird man Diätassistentin?

Die Ausbildung ist sehr vielseitig, anspruchsvoll und schliesst Unterricht in den Fächern Ernährungslehre, Biochemie,



Beratung eines Kranken durch die Spital-Diätassistentin. Die Ehefrau wurde auch zur Besprechung eingeladen. Sie erhält Tips für den Einkauf und das Zusammenstellen von Menüs, die den Diätvorschriften entsprechen und doch wohlschmeckend sind.

Mikrobiologie, Bakteriologie, Anatomie, Physiologie, Pathophysiologie, Kinderheilkunde, Frauenheilkunde und Präventivmedizin ein; dazu kommen praktische und theoretische Unterrichtsstunden in Krankenernährung, Kochen, Betriebsführung. Psychologische, soziologische und pädagogische Kenntnisse sind außerordentlich wichtig, denn «schlechte» Essgewohnheiten mit sehr oft nachteiligen Auswirkungen auf die Gesundheit haben sehr verschiedene Ursachen, und bei der Verordnung und Erklärung einer Diät oder eben gesunder Ernährung sind die psychologischen und soziologischen Gegebenheiten zu berücksichtigen. Ferner muss die künftige Diätassistentin sich mit administrativen Belangen vertraut machen (Sozialversicherungen, Fürsorgeeinrichtungen usw.), sowie mit dem Problemkreis der Alkohol- und Drogensucht. Dem Lehrkörper gehören Mediziner, Biochemiker, Lebensmittelchemiker, Psycho-

logen, Pädiater, Diätassistenten, Präventivmediziner, Köche und andere Spezialisten an.

Die Ausbildung dauert drei Jahre. An der Berner Schule ist das erste Semester grösstenteils den Theoriefächern mit nötigen medizinischen Grundkenntnissen und Biochemie gewidmet, gleichzeitig verbringt die Schülerin jedoch zwei Vormittage pro Woche in der Schulküche. Vom zweiten bis sechsten Semester folgen verschiedene Praktika in etwa 20 Spitälern im ganzen Kanton, aber auch in Lausanne, Freiburg, Basel, mit je einem Unterrichtstag pro Woche in Bern. Vor dem Examen kommen die Schülerinnen zu einem vierwöchigen Repetitionskurs wieder nach Bern. Es wäre gut, den Theoriekurs von einem auf zwei Semester ausdehnen zu können, nicht, um mehr Stoff zu vermitteln, sondern um den künftigen Diätassistentinnen mehr Zeit für eigenes, selbstständiges Studium ausserhalb der Lektionen

zu geben. Damit würde auch der Unterrichtsplan demjenigen von Genf angeglichen.

Die Aufnahmebedingungen sind verschieden. Was die Berner Schule anbetrifft, verlangt sie von den Kandidatinnen, dass sie das 18. Altersjahr zurückgelegt, die Sekundarschule und ein 10. Schuljahr absolviert haben, zum Beispiel eine Fortbildungsschule oder eine Handelsschule. Da es sehr schwierig ist, festzustellen, ob sich jemand für den Arbeitsplatz Spital eignet und den täglichen Umgang mit Kranken erträgt, verlangen die Schulen zum Teil vor dem Eintritt ein dreimonatiges Praktikum als Schwesternhilfe. Es wird auch gerne gesehen, jedoch nicht zur Bedingung gestellt, dass die Schülerin eine längere Schnupperlehre in einer Diätküche macht.

Das Arbeitsgebiet der Diätassistentin

Gegenwärtig arbeiten die meisten Diätassistentinnen noch in Spitälern. Nachdem aber die Präventivmedizin zunehmend an Bedeutung gewinnt, gibt es immer mehr Möglichkeiten, auch ausserhalb von Spitäler zu arbeiten. Zum Beispiel haben Bern, Zürich und Lausanne bereits ihre städtische Beratungsstelle für Ernährungsfragen und Ernährungsaufklärung. Diätassistentinnen sollten zukünftig auch in Gemeinden Anstellung finden, wo sie mit der Gemeindeschwester und der Sozialarbeiterin zusammenarbeiten würden. Sie könnten, wenn nötig, die Familien zu Hause aufsuchen, um sie theoretisch und praktisch zu beraten. Sie haben ja eine praktische Ausbildung erhalten, die vom Einkauf bis zum Kochtopf reicht und sie in die Lage versetzt, sehr konkret auf die jeweilige Situation einzugehen.

Die Arbeit der Diätassistentin im Spital besteht darin, die ärztlichen Diätverordnungen in möglichst ansprechende Menüs für den Patienten umzuwandeln – manchmal eine harte Knacknuss! Sie sucht den Kranken auf, um ihm das Warum und Wozu der verordneten Diät zu erläutern und auch, um festzustellen, ob vielleicht unter den möglichen bzw. erlaubten Nahrungsmitteln und Zubereitungsarten solche sind, die Schwierigkeiten bieten könnten (Unverträglichkeit mit einzunehmenden Medikamenten, körperliche Reaktion oder Ekel beim Patienten). Sie arbeitet mit der Küche zusammen, sei es, dass sie Menüs zusammenstellt und Rezepte ausarbeitet oder sogar selbst einmal heikle Speisen, deren Zusammensetzung aufs Gramm genau stimmen muss, zubereitet.

Sie überwacht die Zubereitung der Diäten und die Essensausgabe. Zukünftig muss sie sich, in Zusammenarbeit mit dem Koch, um die richtige Ernährung für alle Patienten und das Personal kümmern. Die Diätassistentinnen führen nach ärztlicher

Weisung Diätberatungen durch. Sie erteilen selbständig Kurse, Kochkurse und Vorträge bezüglich gesunder Ernährung an alle Bevölkerungskreise. Momentan sind diese Tätigkeiten in den meisten Fällen zusätzliche Aufgaben der Spital-Diätassistentin, zukünftig gehören sie jedoch ins öffentliche Gesundheitswesen.

Die Einsicht in die Bedeutung einer gesunden Ernährung wächst

Nachdem man entdeckt hatte, dass Fehlernährung bestimmte Krankheiten verursacht, wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Gicht, Diabetes, Zahnskaries und andere, erhielt die Diätetik, besonders nach dem Zweiten Weltkrieg, einen grossen Aufschwung. Sie ist zu einer Wissenschaft geworden, die sich immer noch weiter entwickelt.

In der Bevölkerung ist grosses Interesse für Ernährungsfragen vorhanden, leider aber weniger bei den Ärzten. Diese neigen dazu, das Problem zu vernachlässigen. Vermutlich liegt es am Zeitmangel und daran, dass der Diätetik und Ernährung in ihrer Ausbildung so wenig Gewicht beigemessen wird. Wenn ich von Zeitmangel spreche, so meine ich damit, dass der Arzt wohl einem Patienten allgemeine Richtlinien für eine bestimmte Diät geben kann, dass er aber nicht Zeit haben wird, eine dem individuellen Fall angepasste Diät im Detail aufzustellen. Er wird auch keine Anleitungen zum Lebensmitteleinkauf oder zur Menüaufstellung oder gar Ratsschläge für die Anpassung der Küchenausstattung (z. B. Spezialpfannen für fettfreies Braten) oder Kochrezepte geben können. Die Umstellung von Ernährungsgewohnheiten und somit Verhaltensänderungen verlangen eingehende Aufklärung und Beratung, und der Arzt hat nicht nur keine Zeit dafür, sondern es fehlen ihm auch die erforderlichen praktischen Kenntnisse.

Deshalb sehe ich die Diätassistentin als Mittlerin zwischen Wissenschaft, Arzt und Kochherd. Sie hat eine theoretische, didaktische und praktische Aufgabe. Die Bezeichnung «Diätassistentin» ist also nicht zutreffend, und wir suchen gegenwärtig einen anderen Namen, denn erstens wird das Wort «Diät» von den meisten Leuten als «Krankenkost» verstanden, es umfasst aber tatsächlich die ganze Ernährungslehre. Sodann assistiert die Diätassistentin niemandem, sondern arbeitet selbstständig, besonders spitälextern. Sie übt einen medizinisch-therapeutischen Beruf mit pädagogischer Komponente aus.

Die Rolle der Ernährung in der Krankheitsverhütung

Wir kennen heute den Zusammenhang zwischen gewissen Krankheiten und der Ernährung und wissen um die Bedeutung der Essgewohnheiten für das allgemeine

Wohlbefinden. Anderseits sind wir uns bewusst, dass ein grosser Teil der Bevölkerung in den Industrieländern sich vom qualitativen und quantitativen Standpunkt aus gesehen schlecht ernährt. Wir stehen also vor einer grossen Aufgabe, der Aufgabe, Gesundheitsvorsorge von der Basis aus zu betreiben.

Wir werden nicht nur immer enger mit den Wissenschaftern zusammenarbeiten müssen, um ihre Kenntnisse in die Praxis (Familientisch, Gemeinschaftsverpflegung usw.) übertragen zu können, sondern wir müssen auch neue Wege ausfindig machen, um immer breitere Schichten zu erreichen. Es wird meiner Meinung nach ausschlaggebend für den Erfolg sein, ob wir mit anderen Berufsgruppen zusammen den Zugang zu den Massen finden. Man darf nicht moralisieren, sondern hat davon auszugehen, dass Essen zu den Freuden des Lebens gehört. Wir dürfen auch nicht einfach Verbote aussprechen, sondern müssen möglichst immer Ersatzangebote suchen. Es ist zum Beispiel heute möglich, Zucker zu ersetzen und immerhin einige fettreiche Lebensmittel (Käse, Fleisch) gegen fettärmere auszutauschen. Das wird hoffentlich auf lange Sicht nicht ohne Folgen für die Lebensmittelindustrie bleiben.

Das Wichtigste ist, dem Publikum beizubringen, bei Tisch Vernunft walten zu lassen, Übertreibungen zu vermeiden und ganz allgemein zu einfacheren Essgewohnheiten zurückzukehren. Warum meint man zum Beispiel, jede Zusammenkunft privater oder geschäftlicher Art müsse mit einem üppigen Mahl verbunden werden?

Die Aufgabe der Diätassistentin in der Gesundheitserziehung

Die Bevölkerung ist sich zwar der Bedeutung einer gesunden Ernährung mehr oder weniger bewusst, doch findet sie leider kaum brauchbare Wegleitung. Die meisten Publikationen sind einseitig und widersprechen sich gegenseitig, so dass sie mehr Verwirrung stiften als helfen. Statt eine ausgeglichene, abwechslungsreiche Kost zu empfehlen, suchen manche Autoren mit ausgefallenen Ideen ein Geschäft zu machen; das gilt besonders für die Sparte «Abmagerungskuren». Solange es Publizisten wie einen Dr. Atkins gibt, dessen Schlankheitsrezepte unausgeglichen, ja gefährlich sind, bleibt noch viel zu tun, um die Bevölkerung gesundheitsfördernd aufzuklären. Gerade hier kann die Diätassistentin äusserst wertvolle Dienste leisten, denn sie hat gelernt, bei der Propagierung gesünderer Ernährungsweisen sowohl den psychologischen wie soziokulturellen Gesichtspunkten, den Lebensgewohnheiten und den Budgetfragen Rechnung zu tragen.