

## Tag der gesunden Ernährung am 3. März: Mit Messer und Gabel körperlichen Beschwerden den Garaus machen



Benno Schmeing

© SDK - Unternehmensgruppe

**Vegan, Clean Eating, Paleo, Superfood, Frugan, Rohkost, Slow Food - Die Liste der Ernährungsformen, die verbessertes Wohlbefinden versprechen, ist heutzutage länger denn je. Jede einzelne davon lässt sich auf gewisse Weise vernünftig begründen und vielen liegen zudem bestimmte Moralvorstellungen zugrunde.**

„Da den Überblick zu behalten und für sich selbst das Beste herauszufinden, ist schwer“, stellt Benno Schmeing, Vorstandsmitglied der Süddeutsche Krankenversicherung a. G. (SDK), anlässlich des Tags der gesunden Ernährung am 3. März 2018, fest.

Doch der Flut an Ernährungstrends und ihrer mehr oder weniger großen Anhängerscharen steht ein großer Teil der Bevölkerung gegenüber, der nicht auf die eigene Ernährung achtet. Die Folgen daraus können körperliche Beschwerden oder Krankheiten sein, unter Umständen aber auch die Verschlechterung bereits vorhandener Krankheitsbilder, allen voran Diabetes. „Oft wird der Beitrag von gesunder Ernährung zur Heilung oder zumindest Verbesserung bestimmter Beschwerden unterschätzt“, so Schmeing. „Deshalb unterstützen wir unsere Versicherten im Rahmen unseres Gesundheitsmanagements mit Betreuungsprogrammen, die bei Bedarf auch gezielte Ernährungsberatung einschließen. In der Fülle an Informationen, die heutzutage gerade im Bereich Gesundheit auf die Menschen einströmen, verstehen wir uns als Ratgeber und Partner, der dabei unterstützt, gute gesundheitsbezogene Entscheidungen zu treffen.“

Die SDK arbeitet hierfür mit der CareLutions GmbH zusammen, die sie im vergangenen Jahr gemeinsam mit den Partnern ViaMed GmbH und Debeka gegründet hat. Gestartet wurden zunächst Programme zu psychischen Erkrankungen, Diabetes, Herz- sowie Atemwegserkrankungen. „Gerade bei Krankheitsbildern wie Diabetes oder Herzbeschwerden kann die richtige Ernährung ein Schlüssel dazu sein, den Gesundheitszustand deutlich zu verbessern oder zumindest weitgehend beschwerdefrei leben zu können“, stellt **Dr. Thorsten**

**Pilgrim**, Geschäftsführer der CareLutions GmbH, fest. Dabei bilden die Programme eine Ergänzung zu der vom Arzt verordneten Therapie. „Wir wollen keinesfalls den Arztbesuch ersetzen, im Gegenteil“, betont Pilgrim. „Wir vermitteln gegebenenfalls an Fachärzte, unterstützen aber auch dabei, Kontrolltermine einzuhalten. Außerdem stehen wir im Alltag und nach Therapieende als Ansprechpartner zur Verfügung – ggf. auch mit telemedizinischen Angeboten und Apps.“

„Die SDK versteht ihr Gesundheitsmanagement sehr umfassend“, betont Schmeing. „Unser oberstes Ziel ist es, die Lebensqualität unserer Versicherten zu verbessern, das muss nicht zwingend einhergehen mit einer bestimmten Diagnose. Wir wollen unsere Mitglieder bei allen Fragen unterstützen, die sich um Gesundheit drehen. Ein Weg hierbei sind die Betreuungsprogramme und die – bei Bedarf – darin enthaltene Ernährungsberatung. Aber auch darüber hinaus werden wir unser Angebot an Gesundheitsdienstleistungen in den nächsten Monaten stetig vergrößern.“

#### **Pressekontakt:**

Karin Ebinger  
Telefon: +49 711 7372-4913  
Fax: +49 711 7372-4919  
E-Mail: [Karin.Ebinger@sdk.de](mailto:Karin.Ebinger@sdk.de)

#### **Unternehmen**

SDK - Unternehmensgruppe  
Raiffeisenplatz 5  
70709 Fellbach

Internet: [www.sdk.de](http://www.sdk.de)

#### **Über SDK - Unternehmensgruppe**

Die SDK mit Sitz in Fellbach ist in Süddeutschland der Krankenversicherungsspezialist der Volksbanken Raiffeisenbanken. Hier zählt die SDK mit 760 Millionen Euro Beitragseinnahmen zu den größten privaten Krankenversicherern. Über 650.000 Versicherte bauen beim Thema Gesundheitsvorsorge auf die SDK. Für kompetente Beratung und Hilfe sorgen rund 800 Beschäftigte im Innen- und Außendienst. Renommierte Wirtschaftsmagazine und führende Rating-Unternehmen zählen die SDK zu den besten Unternehmen der Branche.