

GOES & NO GOES – Nahrungsergänzungsmittel rechtssicher im ganzheitlichen Coaching

Als Holistic Skin & Health Expert, Coach oder Heilpraktiker:in ist es entscheidend, die rechtlichen Rahmenbedingungen bei der Empfehlung von Nahrungsergänzungsmitteln zu kennen und einzuhalten. Dieses Dokument bietet eine umfassende Orientierung für eine rechtssichere Praxis und stellt klare Leitlinien für den professionellen Umgang mit Nahrungsergänzungsmitteln im ganzheitlichen Coaching bereit.

Grundprinzipien

Das Fundament einer rechtssicheren Praxis bilden fünf wesentliche Grundprinzipien:

- Coaching ist als Begleitung, nicht als Therapie zu verstehen
- Nahrungsergänzungsmittel sind Lebensmittel, keine Medikamente
- Funktionelle Blutwerte dienen der Orientierung, nicht der Diagnose
- Die Zusammenarbeit mit Ärzten und Heilpraktikern ist wichtig und empfehlenswert
- Klare und transparente Kommunikation gegenüber den Kund:innen ist unerlässlich



Erlaubte Handlungsweisen (GOES)



Empfehlungsbasis

Empfehlungen dürfen auf Fragebögen, Symptomtagebüchern, Ernährungs- und Lebensstil-Analysen sowie funktionellen Blutwerten (ohne diagnostischen Charakter) basieren.



Korrekte Formulierungen

Verwenden Sie Formulierungen wie „zur Unterstützung der normalen Immunfunktion“, „zur Unterstützung der Hautbalance“, „zur Unterstützung der normalen Energieproduktion“ oder „um die körpereigenen Regulationsprozesse zu begleiten“.



Dokumentation

Dokumentieren Sie den Verlauf im Symptomtagebuch, beobachten und besprechen Sie Reaktionen und halten Sie Dosierungen und Reaktionen schriftlich fest.

Bei der Dosierung ist es wesentlich, ausschließlich die Herstellerempfehlungen zu nennen. Der individuelle Bedarf variiert von Person zu Person – Kund:innen sollten die für sie passende Dosierung selbst ermitteln und im Symptomtagebuch dokumentieren. Bei Unsicherheiten ist eine ärztliche Rücksprache zu empfehlen.

Die Kommunikation sollte stets neutral und motivierend sein. Verzichten Sie auf Versprechen oder Garantien. Teilen Sie Erfahrungen, ohne Heilaussagen zu treffen. Produktempfehlungen sind als Option, nicht als Notwendigkeit zu präsentieren.

Verbotene Praktiken (NO GOES)

Heilaussagen

Jegliche Form von Heilversprechen oder -aussagen ist untersagt und kann rechtliche Konsequenzen nach sich ziehen.

Eigenmächtige Dosierungen

Eigene Dosierungsempfehlungen außerhalb der Herstellerangaben sowie pauschale oder therapeutische Dosierungsanleitungen sind zu vermeiden.

Diagnostik & Therapie

Die Stellung von Diagnosen oder das Erteilen von Therapieanweisungen ist ausschließlich approbierten Ärzten und Heilpraktikern vorbehalten.

Unzulässige Werbung

Werbung mit Heilaussagen oder krankheitsbezogenen Testimonials sowie der Verkauf von Produkten ohne entsprechendes Gewerbe und rechtliche Absicherung sind nicht gestattet.

Rechtssicherer Disclaimer

Die in meinem Coaching, meinen Unterlagen und auf dieser Website enthaltenen Informationen und Empfehlungen dienen der Förderung von Wohlbefinden, Energie und Lebensqualität im Rahmen eines ganzheitlichen, lebensstilorientierten Ansatzes. Es werden keine Diagnosen gestellt und keine Heilversprechen abgegeben. Mein Angebot ersetzt keine medizinische oder psychotherapeutische Behandlung. Bei bestehenden oder vermuteten gesundheitlichen Beschwerden wenden Sie sich bitte an Ihren behandelnden Arzt oder Heilpraktiker. Die Umsetzung meiner Empfehlungen erfolgt in Eigenverantwortung der Kundin.

Merksätze für die tägliche Praxis

Begleiten statt behandeln

Verstehen Sie Ihre Rolle als Begleiter:in auf dem Weg zu mehr Wohlbefinden, nicht als Behandler:in von Krankheiten.

Unterstützen statt heilen

Fokussieren Sie auf die Unterstützung natürlicher Körperfunktionen, nicht auf die Heilung von Krankheiten.

Empfehlen statt verordnen

Geben Sie Empfehlungen als Optionen, die Kund:innen selbst entscheiden lassen, nicht als Verordnungen.

Eigenverantwortung fördern

Motivieren Sie Ihre Kund:innen zur Eigenverantwortung und zum Führen eines Symptomtagebuchs.

Individualität respektieren

Berücksichtigen Sie, dass der individuelle Bedarf tatsächlich individuell ist – vermeiden Sie Pauschal Dosierungen.

✓ MINI-CHECKLISTE: Nahrungsergänzungsmittel im Coaching rechtssicher einsetzen

💡 GOES

- Nur **Herstellerdosierung** nennen – *keine eigenen Angaben!*
- Empfehlungen stets **auf Basis von Symptomtagebuch, Fragebogen & Lebensstil**
- Formulierungen nutzen wie:
 - „zur Unterstützung der normalen Funktion...“
 - „zur Förderung des Wohlbefindens...“
- Klare **Abgrenzung zu Therapie & Diagnostik**
- Dokumentation durch den Klienten: **Dosierung & Wirkung notieren**
- Bei Unsicherheiten: **ärztliche Rücksprache empfehlen**
- Empfehlungen nur im Kontext: **„kann unterstützend wirken bei...“**

🚫 NO GOES

- Eigene Dosierungsvorgaben („nehmen Sie 500 mg täglich...“)
- Heilversprechen oder Aussagen wie „hilft gegen“, „wirkt bei...“
- Werbung mit krankheitsbezogenen Aussagen
- Verkauf ohne Gewerbe / steuerrechtliche Klarheit
- Aussagen ohne Bezug auf Lebensstil oder funktionelle Betrachtung

📌 Merksatz für deine Coaches:

„Der individuelle Bedarf ist individuell – der Klient findet **seine passende Dosis selbst** heraus und dokumentiert diese im Symptomtagebuch.“