

## „Gesund essen, gesund bleiben“ Internetfilm zu Ernährung nach abgeschlossener Brustkrebstherapie

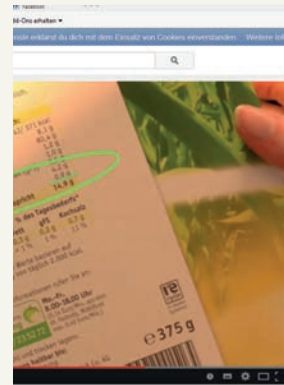
Einen 5-minütigen Kurzfilm mit Ernährungsempfehlungen für Frauen nach einer Brustkrebstherapie haben Oecotrophologie-Studentinnen der Hochschule Fulda veröffentlicht. „Unsere Recherchen haben ergeben, dass Ernährungsaufklärung in diesem Bereich dringend notwendig ist“, erläutert Prof. Dr. Katrin KOHLENBERG-MÜLLER, die das Projekt leitete. „Viele Frauen erhielten kein Angebot

zur Ernährungsberatung. Daher hätten sich die Studierenden das Ziel gesetzt, wissenschaftlich abgesicherte Erkenntnisse in leicht verständlicher Form an die Betroffenen weiter-

zugeben. Die Gruppe der sog. *Cancer Survivors* wird in Deutschland immer größer. Sie gelten als chronisch Kranke und haben höhere Risiken für Folgeerkrankungen.

„Wir wollten ein Angebot für jüngere Frauen erarbeiten, die sich aufgrund von Berufstätigkeit und Familie gerne flexibel über neue Medien informieren möchten“, beschreibt Iris HEIL, die Projektsprecherin, die Projektidee. Basis seien die Empfehlungen des *World Cancer Research Fund* (WCRF) sowie die Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) „Vollwertig essen und trinken nach den 10 Regeln der DGE“.

Motiviert wurden die Studentinnen z. T. durch unmittelbare Erfahrungen mit der Erkrankung in der Familie.



Der Kurzfilm mit dem Titel: „Gesund essen, gesund bleiben“ ist auf Youtube zu sehen: [www.youtube.com/watch?v=GJDajze5Bxg](http://www.youtube.com/watch?v=GJDajze5Bxg)



## Ernährung in der Onkologie Grundlagen und klinische Praxis

Ein guter Ernährungszustand ist entscheidend für den positiven Verlauf der Therapie und die weitere Prognose bei Krebserkrankungen. Endlich befindet sich auf dem deutschen Markt ein umfassendes Werk zu diesem Thema. Verfasst von Prof. Dr. Hartmut BERTZ und Dr. Gudrun ZÜRCHER, beides ausgewiesene Experten für die Ernährungstherapie bei Tumorkranken, dient es als ausgezeichnetes Nachschlagewerk für alle Fachkräfte, die in die medizinische Betreuung von onkologischen Patienten involviert sind.

Das Buch bietet einen Überblick über das breite Spektrum an Ernährungsbedürfnissen bei verschiedenen Tumorerkrankungen und gibt praxistaugliche Empfehlungen, die selbst für erfahrene Fachkräfte wertvoll sind. Ernährungswissenschaftliche Grundlagen, Methoden zur Erfassung und Beurteilung des Ernährungszustands sowie relevantes Wissen für die Ernährung in allen Krankheitsphasen von der Krebsprävention bis hin zur palliativen Versorgung werden thematisiert. Auch das Ernährungsma-

nagement bei Komplikationen und Therapieerwartungen sind beschrieben. Zusätzlich bietet eine exzellente, kritische Übersicht zu populären Krebsdiäten direkte Anregungen für die Beratung von onkologischen Patienten.

Gründlich und detailliert wird die relevante Literatur zu jedem Thema vorgestellt und bewertet. Zur Stärke des Buches gehört eine übersichtliche Aufteilung nach den verschiedenen Krebserkrankungen, Therapiearten und Krankheitsstadien. Zahlreiche Tabellen heben die relevanten Informationen hervor, was dem Leser einen schnellen Überblick ermöglicht. Die jahrelange Erfahrung der Autoren in der ernährungsmedizinischen Betreuung von Tumorkranken verleiht dem Buch eine besonders praktische Anwendungsrelevanz. Als Bonus sind Handouts für Therapeuten und Patienten enthalten.

Nicole Erickson, München



Hartmut Bertz,  
Gudrun Zürcher:  
Ernährung in der Onkologie  
Grundlagen und klinische Praxis  
454 S., 6 Abb., 135 Tab.,  
5 Handouts, kart., 69,99 €  
Schattauer Verlag,  
Stuttgart 2014

ISBN: 978-3-7945-2804-2

## Lebensmittelinformationsverordnung LMIV 1169/2011

Die Lebensmittelinformationsverordnung (LMIV) regelt jede Information, die der Hersteller zu einem Lebensmittel gibt und geben muss. Sie betrifft nicht nur Etikettierung und Aufmachung, sondern auch z. B. Werbeflyer oder Informationen über die neuen Medien.

Das Büchlein von Alfred Hagen MEYER und Andreas REINHART thematisiert die gesamte LMIV als Nachfolger zahlreicher Rechtsvorschriften sowie die damit verbundenen Änderungen bzw. Neuerungen im Lebensmittelrecht. Darunter sind die notwendigen Kennzeichnungselemente verpackt und lose abgegebener Lebensmittel, bzgl. der Angabe von Nährwerten (auch, dass Transfettsäuren nicht deklariert werden dürfen) und z. B. die Allergenkennzeichnung. Auch der Täuschungsschutz wird an Fallgruppen und zahlreichen Beispielen aus der Praxis besprochen (z. B. Werbung mit Selbstverständlichkeiten).

Das Buch geht thematisch weit über die Allergenkennzeichnung hinaus, auch wenn diese natürlich Bestandteil ist. Die verpflichtende Nährwertdeklaration der „Big 7“ verpackter Lebensmittel ab 2016, Mindestschriftgröße, Regelungen für „glutenfreie“ Lebensmittel werden ebenso besprochen wie die Regelung der Informationspflicht bei Fernabsatz oder „distant selling“.

Für die Ernährungsberatung auch interessant zu wissen: Es gibt eine neue Definition mit Maximalfettgehalten für mageres Hackfleisch und die Angabe der botanischen Herkunft wird Pflicht bei pflanzlichen Ölen und Fetten (bei tierischen reicht dagegen weiterhin der Zusatz „tierisch“). Für Öle und Fette muss nun angegeben werden: Ganz gehärtet bzw. teilweise gehärtet, was die Beratung von

Verbrauchern hinsichtlich Transfettsäuren erleichtern wird, denn „ganz gehärtete“ Fette können anders als „zum Teil gehärtete Fette“ per Definition gar keine Transfettsäuren enthalten.

Das Werk ist für Ernährungswissenschaftler und Diätassistenten verständlich geschrieben, zur Zielgruppe dürften aber auch z. B. Lebensmittelkontrolleure gehören. Den einzelnen Kapiteln merkt man an, dass ihre Autoren den „täglichen Umgang mit der LMIV“ pflegen. Lesenswert ist es auch deshalb, weil uns die Änderungen der Lebensmittelinformationen beim Umgang mit Lebensmitteln oder als Fragen in der Beratung begegnen werden.

Das Buch nennt im Sinne der Übersichtlichkeit und schnellen Auffindbarkeit am Seitenrand die Themen als Stichworte aus der Praxis, wartet mit vielen Beispielen auf und gibt insgesamt eine gute Zusammenfassung zum Thema LMIV.

Susanne Koch, Hamburg

Alfred Hagen Meyer,  
Andreas Reinhart (Hg):  
Lebensmittelinformations-  
verordnung  
LMIV 1169/2011 leicht gemacht  
von Praktikern für Praktiker  
3. Aufl., 136 S., 9,99 €  
meyer.rechtsanwälte 2014

ISBN: 978-3-00-044963-5



## aid-Poster „Küchenkräuter“

Rosmarin, Basilikum, Bärlauch, Dill, Majoran, Kerbel, Salbei, Waldmeister... Wer bei der Auswahl an Küchenkräutern den Überblick behalten möchte, findet mit dem neu aufgelegten aid-Poster „Küchenkräuter“ (DIN A2) einen Wegweiser. Es stellt 19 beliebte Kräuterarten vor. Neu dabei ist Lavendel, dessen essbare Blüten inzwischen häufig als Würzmittel verwendet werden.



Neben Fotos bietet das Poster Wissenswertes zu jeder Art, v. a. für die Küchenpraxis. Dazu gehören z. B. Hinweise zu den essbaren Teilen der Pflanze, zur Erntezeit und Aufbewahrung. Zusätzlich finden sich Anregungen für Gerichte, zu denen bestimmte Kräuter besonders gut passen.

Auf der Rückseite des Posters sind allgemeine Infos zum hygienischen Umgang, zur Aufbewahrung, Haltbarmachung und Zubereitung zusammengestellt.

aid infodienst e. V.,  
Pressemeldung vom 05.11.2014

aid infodienst e. V.:  
aid-Poster „Küchenkräuter“  
A2 auf A4 gefalzt, 5. Aufl.  
3 € zzgl. 3 € Versandkosten

ISBN/EAN: 4-260179-080210

### Anzeige



**ESPA-KLINIK**  
BAD DÜRRHEIM/SCHWARZWALD

Die  
**ESPA-KLINIK**  
ist eine Rehabilitationsfachklinik, die sich auf die  
Behandlung von Atemwegserkrankungen spezialisiert hat.  
Die Klinik verfügt über insgesamt 204 Betten.

Wir suchen zum nächstmöglichen Zeitpunkt

**Diätassistent (m/w)**  
mit Erfahrung in der Großküche/Lehrküche und in der Beratung

Ihre aussagefähige Bewerbung  
senden Sie bitte an:

**ESPA-KLINIK**  
Personalabteilung  
Gartenstraße 9 • 78073 Bad Dürrenheim  
Tel.: 07726 65-0 • E-Mail: heiko.biedehorn@espa-klinik.de

www.espa-klinik.de