

Ernährungsmedizin Pädiatrie Infusionstherapie und Diätetik



Eine ausgewogene Ernährung ist für die physische und kognitive Entwicklung des Kindes sowie zur Prävention ernährungsabhängiger Erkrankungen von großer Bedeutung.

Namhafte Autoren aus Medizin und Ernährungswissenschaft präsentieren im Buch „Ernährungsmedizin Pädiatrie“ neben

Grundlagen zur Kinderernährung und aktuellen Empfehlungen zur Nährstoffzufuhr auch detailliert Methoden zur Beurteilung des Ernährungsstatus. Weitere sehr ausführliche und gut strukturierte Kapitel sind der enteralen und parenteralen Ernährung sowie allgemeinen Ernährungstherapien bei verschiedensten Erkrankungen gewidmet. Auch die Grundlagen der Ernährungsberatung und Ernährungspsychologie werden mit je einem Kapitel behandelt. Den Schluss bilden die so genannten „Essentials für die Patientenbehandlung“, die kurz, kompakt – aber dennoch nicht oberflächlich – die wichtigsten Informationen zusammenfassen und durch ernährungsbezogene Therapieschemata für Notfallsituationen ergänzt werden.

Der Anhang beinhaltet Referenzwerte, hilfreiche Formeln

und Tabellen sowie eine Adressensammlung zum Thema Diätetik und Ernährung.

Leichtverständliche, anschauliche und farblich hervorgehobene Übersichtskästen sowie Therapie-Algorithmen tragen zu einer einfachen Umsetzung der vorgeschlagenen Strategien bei.

Unklar ist allerdings, warum ein Pädiatriebuch Kapitel zu Erkrankungen im Erwachsenen- bzw. Seniorenalter beinhaltet. Dass Kinder teilweise von Erkrankungen des Erwachsenenalters, wie bspw. Diabetes mellitus Typ 2, betroffen sind, fehlt als Bezug im besagten Kapitel. Des Weiteren wäre für den täglichen Gebrauch ein robusterer Buchumschlag ratsam, um z. B. leicht einknickende Seitenecken zu vermeiden.

Im Vergleich zu anderen Werken, die sich mit Pädiatrie und

Ernährungsmedizin befassen, unterscheidet sich das hier besprochene Buch preislich nicht wesentlich, setzt sich jedoch aufgrund der Inhalte und deren übersichtlichen Darstellung von jenen positiv ab. Es ist ein detaillierter und praxistauglicher Leitfaden zum Thema „Ernährung und Pädiatrie“ für Ärzte, Ernährungswissenschaftler, Diätassistenten und alle Berufsgruppen, die im Bereich Kinder- und Jugendmedizin tätig sind.

Dr. Isabel Behrendt, Gießen

Frank Jochum (Hg):
Ernährungsmedizin Pädiatrie
2. überarb. u. erw. Aufl.,
534 S., Softcover, 62 Abb.,
52 in Farbe, 59,95 €
Springer Verlag, Heidelberg
2013

ISBN: 978-3-642-29816-5

Fix Food Preiswerte und schnelle Küche



Das von einer der Verbraucherzentralen herausgegebene Werk stellt Ratgeber und Kochbuch in einem dar: Neben praktischen Tipps für die Lebensmittelaus-

wahl sowie eine passende Vorratshaltung und Küchenausstattung bietet Fix Food rund 120 Rezeptideen, welche jeweils höchstens 30 min Arbeitszeit erfordern.

Am Anfang jedes Kapitels findet sich ein Überblick über die wichtigsten Tipps. So empfiehlt der Teil „Essens- und Einkaufsplanung“ die Anfertigung von Essensplänen, in „Prinzip Eichhörnchen – kluge Vorratshaltung“ wird der Nutzen einer Checkliste für den Basisvorrat deutlich gemacht und „Küchenausstattung für die schnelle Küche“ gibt Tipps für eine ideale Küchengrundausrüstung. „Lebensmittelauswahl – fix und fertig aus dem Supermarkt“ be-

fasst sich u. a. mit der Qualität von Convenience-Produkten und soll helfen, die richtigen Entscheidungen beim Einkauf zu treffen. „Fixfaktor Kochen“ beinhaltet individuelle Ratschläge für verschiedene Lebens- und Alltagssituationen, z. B. für Familien mit Kindern, Berufstätige, Studierende und Singles.

Der letzte Abschnitt des Buches, „Fix Rezeptideen“, beinhaltet neben klassischen auch viele innovative und appetitanregende Rezeptvorschläge, z. B. ein Exoten-Winter-Müsli zum Frühstück oder einen scharfen Linsen-Eintopf als warme Mahlzeit. Eine sinnvolle Ergänzung wären Angaben zum Energiegehalt der Rezeptvorschläge. In-

wieweit die Kochanleitungen praxistauglich sind, gilt es von den Lesern herauszufinden.

Katharina Witte, Pohlheim

Verbraucherzentrale Nordrhein-Westfalen e. V. (Hg):
Fix Food.
Preiswerte und schnelle Küche
208 S., 9,90 €
Verbraucherzentrale NRW e. V.,
Düsseldorf 2012

ISBN 978-3-940580-84-9

Gut essen bei erhöhtem Cholesterin – Gut essen bei Gicht



Die beiden 2012 erschienenen Bücher der Stiftung Warentest bieten auf optisch sehr ansprechende Weise ausführliche Hintergrundinformationen zum Thema sowie übersichtlich aufbereitete Rezepte für betroffene Laien. Beide wurden zusammen von Vera HERBST (Apothekerin, Informationsteil Gesundheit) und Dagmar VON CRAMM (Ökologin, Ernährungs- und Rezeptteil) verfasst. Sehr anschaulich und zur raschen Information findet man jeweils im gesamten Buch wichtige Aspekte farblich hervorgehoben bzw. in Informationskästchen gut erläutert dargestellt. So überfordert die Fülle an Information nicht, die diese Bücher liefern.

... bei erhöhtem Cholesterin

Vera HERBST beschreibt im ersten Buchteil Hintergründe und Folgen erhöhter Blutfettwerte, die Normwerte und Abweichun-

gen verschiedener Blutfettwerte, weitere Risikofaktoren sowie die Therapiemöglichkeiten durch Bewegung, Ernährung und cholesterinsenkende Medikamente.

Dagmar VON CRAMM stellt im zweiten Teil des Buches die vollwertige und fettgesunde Ernährung dar, unterteilt in Theorie und eine Vielzahl interessanter und sichtlich schmackhafter Rezepte. Diese empfiehlt es sich eingehend zu studieren, da zu den verwendeten Lebensmitteln interessante Informationen bezüglich ihres Einflusses auf den Cholesterin- und Fettspiegel geliefert werden. Darüber hinaus finden sich zu jedem Rezept Angaben zu den jeweils enthaltenen Mengen an Cholesterin, Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren. Der theoretische Abschnitt zur Ernährung beleuchtet neben einer allgemein cholesterinsenkenden Ernährungsweise im Besonderen die Fettsäuren, speziell die cholesterinsenkende Wirkung der Omega-3-Fettsäuren.

Der Anhang des Buches liefert eine Übersicht über die verschiedenen Haushaltsöle, die darin enthaltenen Fettsäuren und das Verhältnis von Omega-6- zu Omega-3-Fettsäuren. Mit dieser

Übersicht bietet der Anhang dem Leser, zusammen mit einer Lebensmittelaustauschtabelle und einer Darstellung der Wirkstoffe zur Behandlung erhöhter Blutfettwerte, eine schnelle, sehr informative Nachschlagemöglichkeit.

... bei Gicht

Der erste Buchteil erläutert verständlich und übersichtlich Faktoren, die zu erhöhten Harnsäurewerten führen können, nennt Grenzwerte, ab deren Überschreitung Harnsäurekristalle im Gewebe ausfallen können, ab wann man wirklich von Gicht sprechen kann und mit welchen anderen Krankheiten erhöhte Harnsäurewerte einhergehen können. Weiterhin geht die Autorin auf Medikamente ein, die bei einem akuten Gichtanfall bzw. bei chronischer Gicht indiziert sind. Hierbei erhalten Betroffene einen Überblick über das Können, die Wirkweise und möglichen Problematiken der verschiedenen Substanzgruppen.

Der Ernährungsteil des Buches startet mit der Erläuterung einer allgemeinen vollwertigen Ernährung mit Tipps für den Ess-Alltag, um dann genauer auf die einzelnen Lebensmittel-

gruppen mit ihren jeweiligen Puringehalten einzugehen. Hierbei erleichtern sehr anschaulich und übersichtlich dargestellte Lebensmittelaustauschtabellen die Auswahl purinarmer Produkte. Die in diesem Buch aufgeführten Rezepte basieren auf Gerichten, die im Normalfall den Harnsäuregehalt ansteigen lassen würden. Durch geeignetere Lebensmittel ausgetauscht zeigt VON CRAMM, dass die Genussqualität der Gerichte unter einer purinarmen Ernährungsweise kaum gemindert wird. Die Kreativität wird angeregt durch Variationen einzelner Rezepte; Lebensmittelaustauschtabellen und viele Tipps bieten zusätzliche Information.

Dr. Caroline Krämer, Pohlheim

Vera Herbst,
Dagmar von Cramm:

Gut essen bei erhöhtem Cholesterin
192 S., 19,90 €
Stiftung Warentest, Berlin 2012

ISBN: 978-3-86851-041-6

Gut essen bei Gicht
192 S., 19,90 €
Stiftung Warentest, Berlin 2012

ISBN: 978-3-86851-040-9

Dr. Schär Institute

E-Learning zu Zöliakie und glutenfreier Ernährung

Das Dr. Schär Institute bietet eine Online-Schulung für Ernährungswissenschaftler, Ökologen und Diätassistenten zu Zöliakie und glutenfreier Ernährung an. Das erste Lernmodul „Grundlagen der Zöliakie Teil 1“ wurde von Dr. med. Michael SCHUMANN, Klinik für Gastroenterologie, Rheumatologie und Infektiologie an der Berliner Charité, erstellt.

Das Dr. Schär Institute bietet mit der neuen E-Learning-Plattform neben Materialien,

Broschüren und Hintergrundinformationen für Fachkräfte eine zusätzliche Form der Fortbildung an. Die Lerninhalte sind in aufeinander aufbauenden Modulen zusammengefasst. Jedes Modul besteht aus einer interaktiven Präsentation, die fachlich durch Mitglieder des wissenschaftlichen Komitees zusammengestellt wurde. Mithilfe eines anschließenden Fragebogens wird der Wissensstand zu einzelnen Themenschwerpunk-

Die Unternehmensgruppe **Dr. Schär** ist Anbieter diätetischer Lebensmittel (glutenfreie Produkte unter den Marken Schär und Glutano, MCT-Produkte unter der Marke Ceres-MCT). Im Jahr 2011 gründete das Unternehmen das Dr. Schär Institute, eine Wissensplattform für Ernährungsfachkräfte, Allgemeinmediziner und Fachärzte (www.dr.schaer-institute.com).

ten überprüft. Bei erfolgreicher Beantwortung erhalten die Teilnehmer eine Bestätigung, mit der pro Modul ein Fortbildungspunkt bei den Fachverbänden beantragt werden kann.

Registrierung: www.dr.schaer-institute.com/de/e-learning/

Quelle:
Dr. Schär Institute,
Pressemeldung vom 10.12.2012