

Inhalt

Teil 1 – Krankheitsbilder mit ernährungstherapeutischer Behandlung und Rezepten		
1	Erkrankungen der Speiseröhre.....	9
1.1	Refluxösophagitis	9
	Wissensspeicher	9
	Krankheitslehre	9
	Ernährungstherapie	11
	Tageskostplan	12
1.2	Dysphagie (Schluckstörungen)	16
	Wissensspeicher	16
	Krankheitslehre	17
	Ernährungstherapie	18
	Tageskostplan	20
2	Erkrankungen von Magen und Darm	24
2.1	Zöliakie/einheimische Sprue	24
	Wissensspeicher	24
	Krankheitslehre	25
	Ernährungstherapie	26
	Tageskostplan	28
2.2	Morbus Crohn	33
	Wissensspeicher	33
	Krankheitslehre	34
	Ernährungstherapie	35
	Tageskostplan	38
2.3	Colitis ulcerosa	42
	Krankheitslehre	42
	Ernährungstherapie	43
	Tageskostplan	45
2.4	Divertikulose/Divertikulitis	50
	Krankheitslehre	50
	Ernährungstherapie	51
	Tageskostplan	53
3	Übergewicht und Adipositas	58
3.1	Übergewicht und Adipositas im Erwachsenenalter	58
	Wissensspeicher	58
	Krankheitslehre	61
	Ernährungstherapie	64
3.2	Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter	68
	Krankheitslehre	68
	Ernährungstherapie	69
	Tageskostplan	72
4	Dyslipoproteinämien	76
	Wissensspeicher	76
	Krankheitslehre	79
	Ernährungstherapie	81
4.1	Ernährungstherapie bei Hypercholesterinämie	83
	Tageskostplan	85
4.2	Ernährungstherapie bei Hypertriglyceridämie	91
	Tageskostplan	92
	Tageskostplan Hyperchylomirko-anämie	97
4.3	Ernährungstherapie bei kombinierter Hyperlipoproteinämie	102
5	Diabetes mellitus	104
5.1	Diabetes mellitus Typ-1	104
	Wissensspeicher	104
	Krankheitslehre	105
	Ernährungstherapie	107
	Tageskostplan	115
5.2	Diabetes mellitus Typ-2	120
	Krankheitslehre	120
	Ernährungstherapie	121
	Tageskostplan	124
5.3	Diabetes und Schwangerschaft	128
	Ernährungstherapie	128
5.4	Gestationsdiabetes	129
	Tageskostplan	129
6	Erkrankungen von Herz und Kreislauf	134
	Wissensspeicher	134
6.1	Hypertonie	136
	Krankheitslehre	136
	Ernährungstherapie	138
	Tageskostplan	140
6.2	Arteriosklerose	144
	Krankheitslehre	144
	Ernährungstherapie	146
6.3	Herzinsuffizienz	148
	Krankheitslehre	148
	Ernährungstherapie	149
7	Leberzirrhose (mit Besonderheiten akut/chronisch)	151
	Wissensspeicher	151
	Krankheitslehre	152
	Ernährungstherapie	154
	Tageskostplan	157
8	Erkrankungen der Bauchspeicheldrüse	163
8.1	Pankreatitis	163
	Wissensspeicher	163
8.1.1	Akute Pankreatitis	164
	Krankheitslehre	164
	Ernährungstherapie	164
8.1.2	Chronische Pankreatitis	166

	Krankheitslehre	166	14.2.2	Nahrungsmittelallergien bei Kindern ...	252
	Tageskostplan	169		Krankheitslehre	252
8.2	Pankreatektomie	174		Ernährungstherapie	253
	Krankheitslehre	174		Tageskostplan Neurodermitis bei	
	Ernährungstherapie	176		Kindern	254
	Tageskostplan	179	15	Ernährung während der Krebstherapie ..	258
9	Mukoviszidose (Cystische Fibrose)	184		Wissensspeicher	258
	Wissensspeicher	184		Krankheitslehre	259
	Krankheitslehre	185		Ernährungstherapie	262
	Ernährungstherapie	186		Tageskostplan	267
	Tageskostplan	187	16	Phenylketonurie (PKU)	272
10	Erkrankungen der Niere	191		Wissensspeicher	272
	Wissensspeicher	191		Krankheitslehre	273
10.1	Chronische Niereninsuffizienz (CNI)			Ernährungstherapie	274
	Prädialyse	191		Tageskostplan	276
	Krankheitslehre	191	17	Besondere Ernährungsweise für weitere	
	Ernährungstherapie	193		Krankheiten oder Lebenssituationen ...	281
	Tageskostplan	198	17.1	Ernährung bei HIV-Infektion und AIDS ..	281
10.2	Chronische Niereninsuffizienz mit		17.2	Enterale und parenterale Ernährung	284
	Dialyse	202	17.3	Kostaufbau nach Dünndarm- und	
10.2.1	Hämodialyse	202		Dickdarmoperation	288
	Krankheitslehre	202	17.4	Magenresektion (partiell und total)	291
	Ernährungstherapie	203	17.5	Ernährung und Zahngesundheit	293
	Tageskostplan	207	17.6	Morbus Wilson	296
10.2.2	Peritonealdialyse	211	17.7	Hämochromatose	297
	Krankheitslehre	211	17.8	Ketogene Diät	298
	Ernährungstherapie	212	17.9	Keimreduzierte Kost	299
11	Hyperurikämie und Gicht	213	17.10	Fruktose-Intoleranz	300
	Wissensspeicher	213	17.11	Laktose-Intoleranz	302
	Krankheitslehre	213	17.12	Mangelernährung im Alter	304
	Ernährungstherapie	215	17.13	Harnsteine	306
	Tageskostplan	218	17.14	Obstipation	308
12	Osteoporose	222			
	Wissensspeicher	222		Teil 2 – Basis-Kostformen mit Rezepten	
	Krankheitslehre	222			
	Ernährungstherapie	225			
	Tageskostplan	226	1	Vollkost	313
13	Rheumatische Erkrankungen	230	1.1	Exemplarischer Tageskostplan für	
	Wissensspeicher	230		Vollkost mit Fleisch/Fisch	315
	Krankheitslehre	230	1.2	Exemplarischer Tageskostplan für	
	Ernährungstherapie	231		ovo-lakto-vegetabile ballaststoffreiche	
	Tageskostplan	235		Kost	319
14	Lebensmittelallergien und		2	Leichte Vollkost	323
	-intoleranzen	240	2.1	Exemplarischer Tageskostplan für	
14.1	Allergologische Erkrankungen	240		leichte Vollkost	324
	Wissensspeicher	240	2.2	Exemplarischer Tageskostplan für	
	Krankheitslehre	241		leichte Vollkost, mäßig natriumarm	329
	Ernährungstherapie	243	3	Reduktionskost	333
14.2	Allergologische Erkrankungen im		3.1	Exemplarischer Tageskostplan für	
	Kindesalter	249		Reduktionskost mit 1200 kcal/Tag	335
14.2.1	Neurodermitis/Atopische Dermatitis ...	249	3.2	Exemplarischer Tageskostplan für	
	Wissensspeicher	249		Reduktionskost mit 1600 kcal/Tag	338
	Krankheitslehre	249			
	Ernährungstherapie	251			

3.3	Exemplarischer Tageskostplan für Reduktionskost mit Diabetes mellitus-Typ-2	342
4	Konsistenzdefinierte Kostformen	346
4.1	Weiche Kost	347
4.1.1	Exemplarischer Tageskostplan	347
4.2	Passierte Kost	351
4.2.1	Exemplarischer Tageskostplan	351
4.3	Streng passierte Kost	355
4.3.1	Exemplarischer Tageskostplan	355
4.4	Flüssige Kost	359
4.4.1	Exemplarischer Tageskostplan	359

Teil 3 – Anhang

1	Speisenzubereitung	365
2	Garverfahren	366
2.1	Garen mittels feuchter Wärme	366
2.2	Garen mittels trockener Wärme	366
3	Diätetische Lebensmittel	368
4	Anreicherung von Speisen	369
4.1	Kleieprodukte – Einsatz bei Divertikulose	371
4.2	Dickungsmittel – Einsatz bei Schluckstörungen	371
5	Rund um den Tageskostplan	373
5.1	Richtlinien zur Nährwertberechnung ...	373
5.2	Tageskostplan – Arbeitsblatt	374
5.3	Maße und Gewichte – Wiegen ohne Waage	375
5.4	Grundmengen pro Portion	376
	Bildquellenverzeichnis	377
	Fachbegriffe	378
	Rezeptverzeichnis nach Kategorien	389
	Rezeptverzeichnis alphabetisch	396
	Sachwortverzeichnis	402