

6 VORWORT

9 DIE NEUE ERNÄHRUNG BEI KREBS

10 Wissenschaftliche Grundlagen der neuen Ernährung bei Krebs

10 Das Problem mit dem „normalen“ Essen

11 Der Stoffwechsel bei Tumorkranken

20 Das Ernährungskonzept für Krebspatienten:
Viel Fett und viel Eiweiß

26 Das Ernährungskonzept: Klinische Studie

**29 MANGELERNÄHRUNG, PSYCHOLOGISCHE
ASPEKTE UND ERNÄHRUNGSTIPPS**

30 Mangelernährung bei Krebs – was kann ich selbst tun?

33 Folgen der Mangelernährung

33 Wie erkennt man eine Mangelernährung?

36 Welche Behandlungen gibt es?

40 Eiweißreiche Zwischenmahlzeiten

48 Psychologische Aspekte der Ernährung bei Krebs

49 Das Problem von Abneigung und Widerwillen

50 Das Essstagebuch – ein ganz wichtiges Hilfsmittel

51 Gemeinsames Essen liefert wichtige menschliche Momente

52 Ernährungstipps für Krebskranke

53 Wenn Sie unter Durchfall leiden

54 Wenn sich Ihr Geschmacks- oder Geruchsempfinden verändert hat

55 Wenn Sie Kau- und Schluckbeschwerden haben

55 Wenn Sie Entzündungen im Mundraum haben

56 Ein guter Start in den Tag

59	REZEPTE
60	Frühstück
70	Zwischenmahlzeiten
80	Mittagessen
102	Eintöpfe
110	Kuchen und Gebäck
116	Abendessen
126	Salate
130	Tagespläne
134	ANHANG
134	Esstagebuch
135	Gewichtstagebuch
136	Wichtige Adressen
139	Literatur
140	Rezeptregister