

INHALT

1	Einführung	10
1.1	Allgemeine Grundlagen der Diätetik	10
1.2	Normale Ernährung	10
1.2.1	Energie	10
1.2.2	Grundnährstoffe	13
1.2.2.1	Eiweiß (Protein)	13
1.2.2.2	Fette	15
1.2.2.2.1	MCT (Mittelkettige Fettsäuren)	15
1.2.2.3	Kohlenhydrate	17
1.2.2.4	Ballaststoffe	18
1.2.3	Vitamine	18
1.2.3.1	Fettlösliche Vitamine	19
1.2.3.2	Wasserlösliche Vitamine	23
1.2.4	Mineralstoffe	27
1.2.5	Wasser	33
1.2.6	Physiologie der Verdauung	34
1.2.6.1	Verdauung	34
1.2.6.2	Phasen der Magenverdauung	36
1.2.6.2.1	Die magensekretionshemmenden Hormone des Duodenum (Zwölffingerdarm)	36
1.2.6.3.	Verdauung der Kohlenhydrate	39
1.2.6.3.1	Verwertung der Kohlenhydrate im Körper	40
1.2.6.3.2	Verdauung der Eiweiße	40
1.2.6.4	Absorption und Transport	41
1.2.6.5	Verdauung der Fette	42
2	Erkrankungen des Verdauungstraktes	44
2.1.1	Stomatitis	44
2.2.	Speiseröhre	45
2.2.1	Ösophagusstenosen	45
2.2.2	Refluxkrankheit des Ösophagus	46
2.2.3	Ösophagusdivertikel	47
2.2.4	Ösophagusvarizen	47
2.3	Magen und Zwölffingerdarm	48
2.3.1	Akute Gastritis	48

2.3.2	Chronische Gastritis	49
2.3.3	Magen- und Zwölffingerdarmgeschwür (Ulcus ventriculi et duodeni)	49
2.3.4	Magenausgangsstenose (Pylorusstenose)	52
2.3.5	Magenkarzinom	53
2.3.6	Magenblutung	53
2.3.7	Magenresektion (Billroth I und Billroth II)	54
2.3.8	Magentotalresektion (Gastrektomie)	55
2.3.9	Dumping-Syndrom	56
2.3.10	Syndrom der zuführenden Schlinge (Afferentloopsyndrom)	58
2.4	Dünndarm (Hauptorgan der Nährstoffresorption)	59
2.4.1	Einheimische (gluteninduzierte) Sprue	59
2.4.2	Laktose-Intoleranz	60
2.4.3	Morbus Whipple (Intestinale Lipodystrophie)	63
2.4.4	Dünndarmresektion (Syndrom des kurzen Darmes)	64
2.4.5	Chologene Diarrhoe	66
2.4.5.1	Nahrungsmittel mit hohem Oxalsäuregehalt	67
2.4.5.2	Pflanzliche Nahrungsmittel, die keine Oxalsäure enthalten	67
2.4.6	Ileostomie (Dünndarmafter, Anus praeternaturalis)	67
2.4.6.1	Patienten mit einer Kolostomie (Dickdarmafter, Anus praeternaturalis)	68
2.4.7	Akute Enteritis	70
2.4.8	Chronische Enteritis	73
2.4.9	Chronische entzündliche Darmerkrankungen	74
2.4.9.1	Morbus Crohn (Enteritis regionalis)	74
2.4.9.1.1	Ursachen der Malnutrition bei entzündlichen Darmerkrankungen	76
2.5	Dickdarm	77
2.5.1	Akute Colitis	77
2.5.2	Colitis Ulcerosa	79
2.5.3	Irritables Kolon (Reizkolon, spastisches Kolon, irritabler Darm)	80
2.5.4	Obstipation (Verstopfung)	81
2.5.5	Divertikulose des Kolons	85
2.5.6	Wurmkrankheiten	86
2.5.7	Nahrungsmittelallergie	87
2.5.7.1	Toxine	90
2.5.7.2	Tyramin	91
2.5.7.3	Histamin	91
2.5.7.4	Einfache Eliminationsdiät für die Praxis	91

3	Leber, Gallenblase und Gallenwege	93
3.1	Leber	93
3.1.1	Akute Hepatitis (akute Leberentzündung)	93
3.1.2	Chronische Hepatitis	95
3.1.3	Leberzirrhose	96
3.1.3.1	Hepatische Enzephalopathie	98
3.1.4	Fettleber	100
3.2	Gallenblase und Gallenwege	102
3.2.1	Akute Cholezystitis (akute Gallenblasenentzündung)	102
3.2.2	Chronische Cholezystitis (chronische Gallenblasenentzündung)	103
3.2.3	Akute Cholangitis (akute Gallenwegsentzündung)	104
3.2.4	Chronische Cholangitis (chronische Gallenwegsentzündung)	104
3.2.5	Cholelithiasis (Gallensteinleiden)	105
3.2.6	Cholezystektomie (Gallenblasenentfernung)	106
4	Bauchspeicheldrüse	107
4.1	Akute Pankreatitis (akute Entzündung der Bauchspeicheldrüse)	107
4.1.1	Chronische Pankreatitis (chronische Entzündung der Bauchspeicheldrüse)	109
4.1.2	Totale Pankreatektomie (Zustand nach operativer Entfernung der gesamten Bauchspeicheldrüse)	110
5	Niere und ableitende Harnwege	111
5.1	Erkrankungen der Nieren	111
5.1.1	Akute Glomerulonephritis	111
5.1.2	Chronische Glomerulonephritis	113
5.1.3	Nephrotisches Syndrom	114
5.1.4	Akute Pyelonephritis	115
5.1.5	Chronische Pyelonephritis	115
5.1.6	Akute Niereninsuffizienz (akutes Nierenversagen)	116
5.1.7	Chronische Niereninsuffizienz (chronisches Nierenversagen)	118
5.1.7.1	Geringgradige Niereninsuffizienz	118
5.1.7.2	Mäßiggradige Niereninsuffizienz	119
5.1.7.3	Fortgeschrittene Niereninsuffizienz	120
5.1.7.3.1	Hämodialyse	126
5.1.7.3.2	Peritonealdialyse	126
5.1.7.3.3	Nierentransplantation	130

5.1.8	Harnsteinleiden	130
5.1.8.1.	Kalziumoxalatsteine	130
5.1.8.2.	Harnsäuresteine	131
6	Wasser- und Elektrolythaushalt	134
6.1	Störungen des Wasser- und Natriumhaushaltes	134
6.1.1	Hypernatriämie	134
6.1.2	Hyponatriämie	135
6.2	Störungen des Kaliumhaushaltes	136
6.2.1	Hyperkaliämie	136
6.2.2	Hypokaliämie	138
6.3	Störungen des Kalziumhaushaltes	140
6.3.1	Hyperkalzämie	140
6.3.2	Hypokalzämie	142
6.4	Störungen des Magnesiumhaushaltes	142
6.4.1	Hypermagnesiämie	143
6.4.2	Hypomagnesiämie	143
7	Herz- und Kreislauferkrankungen	145
7.1	Herzinsuffizienz	146
7.1.1	Herzinfarkt (Myokardinfarkt)	151
7.2	Kreislauferkrankungen	151
7.2.1	Hypertonie (Bluthochdruck)	151
7.2.2	Arteriosklerose	158
8	Stoffwechsel	161
8.1	Stoffwechselerkrankung	161
8.1.1	Diabetes mellitus (Zuckerkrankheit)	161
8.1.1.1	Typ 1 Diabetes	162
8.1.1.2	Typ 2 Diabetes	162
8.1.1.3	Andere Diabetesformen	163
8.1.1.4	Das Coma Diabeticum	163
8.1.1.5	Prinzipien der Ernährungstherapie bei Typ 1 und Typ 2 Diabetestypen	163
8.1.2	Hyperlipoproteinämien (Hyperlipidämien, Blutfetterhöhungen)	185
8.1.2.1	Primäre Hyperlipoproteinämien	186
8.1.2.2.	Sekundäre Hyperlipoproteinämien	188
8.1.3	Gicht (Arthritis urica)	193
8.1.4	Fettsucht (Adipositas, Obesitas)	198

8.1.4.1	Definition nach dem relativen Übergewicht	198
8.1.4.2	Definition nach dem Body-Mass-Index (BMI)	199
8.1.4.3	Definition der Adipositas nach Garrow	199
8.1.5	Magersucht (Untergewichtigkeit)	208
9	Endokrinologisches System	210
9.1	Endokrinologische Erkrankungen	210
9.1.1	Diabetes insipidus	210
9.1.2	Nebenniereninsuffizienz (Addison'sche Krankheit)	211
9.1.3	Hypothyreose	211
9.1.4	Hyperthyreose	212
10	Bewegungsapparat	213
10.1	Erkrankungen des Bewegungsapparates	213
10.1.1	Osteoporose	213
10.1.2	Osteomalazie	215
10.1.3	Rheumatische Erkrankungen	216
10.1.3.1	Chronische Polyarthrits	216
11	Infektionskrankheiten	219
12	Krebserkrankungen	221
13	Haut und Verbrennungen	233
13.1	Hauterkrankungen	233
13.1.2	Neurodermitis	234
13.2	Verbrennungen	235
14	Toxische Stoffe in Nahrungsmitteln	236
14.1	Giftige Substanzen in natürlichen Nahrungs- und Genußmitteln	236
14.2	Schimmelpilztoxine in Nahrungsmitteln	239
14.3	Bakterielle Toxine in Nahrungsmitteln	240

15	Ernährung im Alter	242
15.1	Faktoren, welche den Ernährungszustand im Alter beeinflussen	242
15.1.1	Altersveränderungen mit Auswirkung auf die Nährstoffverwertung	243
15.1.2	Wechselwirkung zwischen Nahrung und Medikamenten	243
16	Ernährung während der Schwangerschaft	245
16.1	Ernährung in der Stillzeit	247
17	Sondenkost und Trinknahrung	250
17.1	Sondenkost	250
	Welche Diät würden Sie empfehlen?	253
	Literaturverzeichnis	257
	Sachverzeichnis	283
	Gesunde Ernährung durch Fertigprodukte - Beispiele für ausgewählte Krankheiten	283