

Inhaltsverzeichnis

Es geht in diesem Buch um	5
Vorwort	7
Standortbestimmung	12

Teil I: Grundverständnis 17

Problemfeld: Ernährung und Krankheit	17
Ernährungsabhängige Krankheiten	17
Bedingt ernährungsabhängige Krankheiten	21
Essverhaltensstörungen / Suchtkrankheiten	22
Sonderformen ernährungsabhängiger Krankheiten	22
Verschiedene Formen der Diätetik, Historisches	23
Diätetik – eine Vielzahl widersprüchlicher Empfehlungen	23
Diätetischer Nihilismus	24
Diätetik – geordnet	24
Vollkost und Vollwerternährung	25
Klassische Diätetik	26
Fasten und Heilfasten	29
Kultur des Nichtessens	29
Definition des Fastens	30
Körperliche Wirkungen des Fastens	31
Seelische Wirkung des Fastens	32
Essen und Nichtessen	32
Diätetik und Naturheilverfahren	34
Definition der klassischen Naturheilverfahren	34
Arzt für Naturheilverfahren und Diätetik	35
Wer kann Fastende führen?	37
Stellung der Diätetik innerhalb der Medizin	39

Teil II: Organisationsformen aktiver Diätetik 43

Prävention und Therapie ernährungsabhängiger Stoffwechsel- störungen. Vier Modelle	45
Gemeinsames Handlungskonzept	46
Erstes Modell: Gruppengespräch in der ärztlichen Praxis	47
Zweites Modell: Fasten am Wohnort und Ernährungsberatung	48

Drittes Modell: Fastenwoche in den Ferien	49
Viertes Modell: Heilverfahren in der Kur- oder Rehabilitationsklinik	49
Didaktik der Patientenführung	50
Die Bedeutung des Gesprächs	50
Spielregeln des Gruppengesprächs	51
Ernährungstherapie in der ärztlichen Praxis	53
Die ambulante Fastenwoche	55
Aktive Diätetik in der Klinik	60
Rehabilitationsmedizin	60
Fachklinik für ernährungsabhängige Krankheiten	61
Aufgaben einer Rehabilitationsklinik für Stoffwechselkrank	62
Didaktik eingreifender Ernährungstherapie in der Klinik	85
Arbeit am therapeutischen Team	89
Der ärztliche Dienst	92
Nachsorge	98
Teil III: Ausgewählte Anwendungsbereiche	101
Das Metabolische Syndrom	101
Adipositas – Übergewicht – Fettsucht	104
Kurzzeitergebnisse	110
Langzeitstudie	115
Hyperlipidämie – erhöhte Blutfette	119
Diabetes mellitus Typ IIb	127
Hypertonie – Bluthochdruck	144
Gicht	148
Fettleber-Hepatitis	159
Die metabolische Esssucht	167
Aktive Diätetik schwer beeinflussbarer Erkrankungen – wissenschaftlich anerkannt ?	169
Gefäßerkrankungen	170
Atherosklerose	170
Koronare Herzkrankheit / Lifestyle-Heart-Studie	176
Mikroangiopathien – „Verschlackung“ der kleinsten Blutgefäße	182
Glaukom – eine Eiweißspeicherkrankheit?	185
Chronische Ulcera cruris – Unterschenkelgeschwüre	187
Rheumatischer Formenkreis	190
Polyarthritis	190
Weichteilrheumatismus	198
Der ernährungsabhängige Schmerz	200

Arthrosen, Spondylosen	205
Das Reiter-Syndrom	207
Kommentar und Zusammenfassung: Rheumatischer Formenkreis	209
Komplexe chronische Erkrankungen	211
Komplex von Rheuma, Nahrungsmittelallergie und Immunkrankheit ...	211
Personotrope Dimension chronischer, komplexer Krankheitsformen ...	212
Immunkrankheiten	214
Allergien	217
Unverträglichkeiten	222
Morbus Crohn	223
Porphyrie	225
Die biologische Krebsabwehr	228
Akuterkrankungen und akute Schübe chronischer Erkrankungen	230
Fieberhafte Infekte	230
Der akute Durchfall	232
Schubartige Ereignisse	233
Beherdung und Fasten	234
Mikrobiologische Therapie / »Symbioselenkung«	236
Die Eiweißfrage. Speicherung und selektive Katabolie	238

Teil IV: Innenstruktur einer Fastenklinik 247

Einblick in einzelne Abteilungen	251
Die Küche als Hauptbehandlungsabteilung	251
Ernährungsdiagnose	252
Die Schwesternschaft	255
Die Physiotherapie-Abteilung	256
Krankengymnastik und Bewegungstherapie	257
Die Wanderleiterinnen	257
Verordnungswegweiser für Ärzte	258
Gesundheitsbildung	260
Die Lehrküche	260
Stammtisch-Gespräche	261
Freizeitgestaltung	263
Organisation von Gesundheitsbildung und Freizeitaktivitäten	263
Psychologische Betreuung	265
Einzelgesprächstherapie	265
Gruppengespräche	266
Entspannungsanleitungen	266
Meditatives Bilderleben	267

Patienteninformationen / Merkblätter	269
Informationen zum Beginn des Heilverfahrens	269
Informationen während des Heilverfahrens	273
Merkblatt für Physiotherapeuten	274
Informationen für die Ernährungsumstellung zu Hause	280
Anhang	296
Kontaktadressen	296
Abrechnungsmöglichkeiten	298
Grundlagen-Literatur	300
Literatur	302
Sachverzeichnis	308