

Inhaltsverzeichnis

- 09 Zu diesem Buch...
- Dr. med. Sebastian Zschätzsch
- 10 Bau und Funktion der gesunden Niere
- 12 Ziele der Dialysebehandlung
- 13 Laborwerte, Vitalzeichen, Medikamente
- 20 Einführung in die Ernährung bei Nierenersatzverfahren
- Huberta Eder
- 22 Energiebedarf, BMI, Mangelernährung, Übergewicht, körperliche Bewegung
- 24 Eiweiß
- 26 Phosphat
- 29 Bio-Lebensmittel
- 30 Kalzium
- 31 Kalium
- 35 Flüssigkeit
- 37 Kochsalz und Durstmeldesystem
- 41 Ernährung bei Bauchfelldialyse
- 44 Ernährung bei Diabetes mellitus
- 48 Diabetische Gastroparese
- 50 Zeitpunkt der Nahrungsaufnahme
- 51 Vegetarische Ernährung
- 53 Energie- und eiweißreiche diätetische Lebensmittel
- 54 Ernährung bei Zöliakie
- 57 Tageskostplan (Beispiel)
- 59 Der Speisezettel
- 62 Essen im Dialysezentrum
- 66 Frühstück wie ein Kaiser
- 69 Hinweise zu den Tabellen und Punkten
- 70 Hinweise zu den Rezepten

73 Lebensmitteltabellen

- 74 Fleisch, Fleischwaren
- 80 Wurst
- 86 Fisch, Fischzubereitungen, Meeresfrüchte
- 92 Eier, Eierspeisen
- 98 Käse, Käsezubereitungen, Tofu
- 104 Brot, Kuchen, Stärkebeilagen, Nährmittel
- 110 Gemüse, Salate, Hülsenfrüchte, Sprossen
- 116 Kartoffeln, Kartoffelgerichte
- 122 Obst, Schalenfrüchte
- 130 Süße Brotaufstriche, Süßwaren
- 136 Milch, Milchprodukte, Milch-Ersatz
- 142 Koch- und Streichfett, Sahne, Mayonnaise
- 148 Getränke, heiß und kalt
- 154 Kräuter, Gewürze, Essig, Soßen, Pilze
- 160 Backtriebmittel, selbst gemachtes Backpulver

166–167 Verzeichnis der Rezepte

168 Buchempfehlungen und Adressen

169 Schlussgedanken und Literatur