

Ernährung

Oktober 2018

3. Auflage

Vorwort	5
Die Autorin	7
Einleitung	8
1. Bauchspeicheldrüse - Grundlagen	9
2. Grundlagen der Ernährung	10
3. Ernährung bei Tumorerkrankungen	14
4. Was ist eine Mangelernährung?	14
5. Ursachen der Mangelernährung	16
5.1. Mangelernährung durch den Tumor	16
5.2. Ursachen für die verminderte Nahrungsaufnahme	17
5.2.1. Geschmacksveränderungen	17
5.2.2. Schleimhautveränderungen	17
5.2.3. Appetitlosigkeit und damit verbundene verminderte Kalorienaufnahme	18
5.2.4. Übelkeit und Erbrechen	19
5.2.5. Verdauungsstörungen/Durchfall	20
5.2.6. Fettstuhl (Steatorrhö)	21
5.2.7. Tumorassoziiertes Müdigkeits-Syndrom (Fatigue)	22
6. Symptome der Mangelernährung	23
7. Diagnose der Mangelernährung	23
7.1. Body Mass Index (BMI)	24
7.2. Gewicht und Gewichtsverlust	25
7.3. Bioelektrische Impedanzanalyse (BIA)	25
7.4. Screening des Ernährungszustandes	27
7.5. Hautfaltenmessung	29
7.6. Laborwerte	29
8. Therapie der Mangelernährung	29
8.1. Qualifizierte Ernährungsberatung	30
8.2. Hochkalorische Trinknahrung	31
8.3. Parenterale Ernährung	33
9. Alternative Tumorthérapien	34
9.1. L-Carnitin	34
9.2. Ginseng	35
9.3. Omega-3-Fettsäuren	35
9.4. Sport	35
10. Perspektive	36
Geschäftsstelle	37
Raum für Notizen	38