

Inhalt

Teil 1

| | | | |
|--|---|---|----|
| 1 Ernährungswissenschaften und Diätetik | 2 | 1.2.3 Richtwerte für den Energiebedarf | 7 |
| 1.1 Diätetik | 2 | 1.2.4 Empfehlungen der Nährstoffzufuhr für Krankenhäuser | 10 |
| 1.1.1 Rationalisierungsschema | 2 | 1.2.5 Anthropometrie | 10 |
| 1.1.2 Richtwerte für die Energiezufuhr | 4 | 1.2.6 Umrechnungsfaktoren | 14 |
| 1.1.3 Nährwertrelation | 4 | 1.3 Grundlagen der Ernährungslehre | 14 |
| 1.1.4 Empfehlungen für die Eiweißzufuhr | 5 | 1.3.1 Kohlenhydrate | 16 |
| 1.1.5 Richtwert für die Fettzufuhr | 5 | 1.3.2 Ballaststoffe | 25 |
| 1.1.6 Empfehlungen für die Kohlenhydrat- und Richtwert für die Ballaststoffzufuhr | 5 | 1.3.3 Lipide – Fette | 27 |
| 1.1.7 Empfehlungen zu den Mikronährstoffen | 6 | 1.3.4 Komplexe Lipide – fettähnliche Stoffe | 32 |
| 1.2 Grundlagen des Energiebedarfs | 6 | 1.3.5 Proteine – Eiweiße | 34 |
| 1.2.1 Berechnung des Energiebedarfs | 6 | 1.3.6 Alkohol | 39 |
| 1.2.2 Empfehlungen für die Nährstoffzufuhr | 7 | 1.3.7 Vitamine und Mineralstoffe | 40 |

Teil 2

| | | | |
|---|----|--|-----|
| 2 Diät- und Ernährungsberatung | 50 | 2.1.12 Rahmenbedingungen der Ernährungsberatung | 75 |
| 2.1 Einführung in die Diät- und Ernährungsberatung | 50 | 2.1.13 Qualitätssicherung der Ernährungsberatung | 76 |
| 2.1.1 Definition der Diät- und Ernährungsberatung | 52 | 2.1.14 Fazit | 77 |
| 2.1.2 Ziele der Ernährungsberatung | 54 | 2.2 Ernährungspsychologie | 77 |
| 2.1.3 Funktionen der Diät- und Ernährungsberatung | 57 | 2.2.1 Grundlagen der Ernährungspsychologie | 77 |
| 2.1.4 Notwendigkeit der Diät- und Ernährungsberatungen | 58 | 2.2.2 Kommunikation als Grundlage der Ernährungsberatung | 78 |
| 2.1.5 Kognitiver Beratungsansatz | 59 | 2.2.3 Kommunikationsprobleme in der Ernährungsberatung | 85 |
| 2.1.6 Klientenzentrierter Beratungsansatz | 60 | 2.2.4 Techniken der Ernährungsberatung | 88 |
| 2.1.7 Grenzen der Beratung | 63 | 2.2.5 Modifikation des Ernährungsverhaltens | 91 |
| 2.1.8 Qualität in der Diät- und Ernährungsberatung | 64 | 2.3 Rhetorik und Seminargestaltung für Ernährungsfachkräfte | 91 |
| 2.1.9 Bestandteile der Diät- und Ernährungsberatung | 64 | 2.3.1 Rhetorik | 92 |
| 2.1.10 EDV in der Diät- und Ernährungsberatung | 69 | 2.3.2 Gestaltung von Seminaren | 96 |
| 2.1.11 Ablauf einer Diät- und Ernährungsberatung | 69 | 2.4 Ernährungssoftware und der Einsatz in der Diätetik und Ernährungsberatung | 102 |

| | | | | | |
|------------|---|------------|------------|--|------------|
| 2.4.1 | Lebensmitteltabellen | 102 | 2.5.5 | Gesetz über den Beruf der Diätassistentin und des Diätassistenten (DiätAssG) | 106 |
| 2.4.2 | Programmfunktionen einer modernen Ernährungssoftware | 103 | 2.5.6 | Medizinische Ernährungsberatung ist nicht umsatzsteuerpflichtig! | 108 |
| 2.4.3 | Auf dem deutschen Markt verfügbare Programme | 104 | | | |
| 2.5 | Rechtliche Aspekte im Bereich Ernährung, Lebensmittel und Diätberatung | 105 | 2.6 | Grundlagen der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit für Ernährungsfachkräfte | 108 |
| 2.5.1 | Lebensmittel-, Bedarfsgegenstände und Futtermittelgesetzbuch (LFGB) | 105 | 2.6.1 | Einführung in die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit | 109 |
| 2.5.2 | Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung (LMKV) | 105 | 2.6.2 | Grundlagen der Kommunikation – wie Zeitungen funktionieren | 111 |
| 2.5.3 | Zusatzstoff-Zulassungs-Verordnung (ZZuLV) | 105 | 2.6.3 | So wird Ihre Pressemitteilung ein Erfolg! | 118 |
| 2.5.4 | Diätetische Lebensmittel | 106 | 2.6.4 | Pressekonferenz | 121 |
| | | | 2.6.5 | Interview oder Statement | 122 |

Teil 3

| | | | | | |
|------------|---|------------|------------|--|------------|
| 3 | Diät katalog | 124 | 3.2.1 | Ernährung der Schwangeren und Stillenden | 213 |
| 3.1 | Diätformen | 124 | 3.2.2 | Die Ernährung des Säuglings, Kindes und Jugendlichen | 216 |
| 3.1.1 | Vollkostformen | 124 | 3.2.3 | Ernährung des älteren Menschen | 228 |
| 3.1.2 | Energiedefinierte Diätformen | 127 | 3.2.4 | Ernährung des Sportlers | 231 |
| 3.1.3 | Proteindefinierte Diätformen | 156 | 3.3 | Tagespläne | 246 |
| 3.1.4 | Elektrolytdefinierte Diätformen | 164 | 3.3.1 | Vollkostformen | 246 |
| 3.1.5 | Gastroenterologische Diätformen | 176 | 3.3.2 | Energiedefinierte Diäten | 252 |
| 3.1.6 | Diagnostische Diätformen | 194 | 3.3.3 | Proteindefinierte Diäten | 262 |
| 3.1.7 | Diäten bei speziellen Systemerkrankungen | 194 | 3.3.4 | Elektrolytdefinierte Diäten | 269 |
| 3.1.8 | Seltene Diätformen | 202 | 3.3.5 | Gastroenterologische Diäten | 278 |
| 3.2 | Richtlinien für die Ernährung bestimmter Bevölkerungsgruppen | 213 | 3.3.6 | Seltene Diätformen | 289 |

Teil 4

| | | | | | |
|------------|---|------------|------------|--|------------|
| 4 | Nahrungsmittelallergien | 296 | 4.3 | Kreuzreaktionen | 325 |
| 4.1 | Allergische und pseudoallergische Reaktionen | 296 | 4.3.1 | Kreuzreaktionen bei Birke, Erle, Hasel | 326 |
| 4.1.1 | Allergische Reaktionen | 296 | 4.3.2 | Kreuzreaktion bei Beifuß (Sellerie-Karotten-Beifuß-Gewürz-Syndrom) | 330 |
| 4.1.2 | Pseudoallergische Reaktionen (PAR) | 297 | 4.3.3 | Lebensmittelauswahl bei pollenassozierten Erkrankungen | 331 |
| 4.2 | Allergologische Kostformen | 304 | 4.4 | Allergenkennzeichnung | 333 |
| 4.2.1 | Diagnostische Kostformen | 304 | | | |
| 4.2.2 | Therapeutische Kostformen | 307 | | | |
| 4.2.3 | Präventive Kostformen | 309 | | | |

Teil 5

| | | | |
|--|-----|--|-----|
| 5 Künstliche Ernährung | 336 | 5.2.3 Verordnungsfähigkeit der enteralen Ernährung | 345 |
| 5.1 Einführung in die klinische Ernährung | 336 | 5.2.4 Enterale versus parenterale Ernährung | 345 |
| 5.2 Enterale Ernährung | 336 | 5.2.5 Applikationsformen der enteralen Ernährungstherapie | 348 |
| 5.2.2 Nahrungsformen in der enteralen Ernährungstherapie | 340 | 5.2.6 Medikamentöse Therapie im Rahmen der enteralen Ernährung | 354 |

Anhang

| | |
|--|-----|
| Autorenverzeichnis | 356 |
| Wichtige Organisationen | 358 |
| Nahrungen der enteralen Ernährung | 361 |
| Literatur | 365 |
| Abbildungsnachweis | 375 |
| Sachverzeichnis | 376 |