

Inhaltsverzeichnis

	Danksagung	5
	Vorwort	6
1	Ernährungslehre und Diätetik	11
	<i>Eva Lückerath</i>	
1.1	Diätetik	11
1.1.1	Rationalisierungsschema	11
1.1.2	Richtwerte für die Energiezufuhr	13
1.1.3	Nährwertrelation	13
1.1.4	Empfehlungen für die Eiweißzufuhr	13
1.1.5	Richtwert für die Fettzufuhr	14
1.1.6	Empfehlungen für die Kohlenhydrat- und Richtwert für die Ballaststoffzufuhr	14
1.1.7	Empfehlungen zu den Mikronährstoffen	14
1.2	Grundlagen des Energiebedarfs	15
1.2.1	Berechnung des Energiebedarfs	15
1.2.2	Empfehlungen für die Nährstoffzufuhr	16
1.2.3	Richtwerte für den Energiebedarf	16
1.2.4	Empfehlungen der Nährstoffzufuhr für Krankenhäuser	18
1.2.5	Anthropometrie	19
1.2.6	Umrechnungsfaktoren	22
1.3	Grundlagen der Ernährungslehre	22
1.3.1	Kohlenhydrate	24
1.3.2	Ballaststoffe	31
1.3.3	Lipide – Fette	34
1.3.4	Komplexe Lipide – fettähnliche Stoffe	37
1.3.5	Proteine – Eiweiße	40
1.3.6	Alkohol	44
1.3.7	Vitamine und Mineralstoffe	45
2	Diät- und Ernährungsberatung	52
2.1	Einführung in die Diät- und Ernährungsberatung	52
	<i>Sven-David Müller</i>	
2.1.1	Einleitung	52
2.1.2	Definition der Diät- und Ernährungsberatung	54
2.1.3	Ziele der Ernährungsberatung	56
2.1.4	Funktionen der Diät- und Ernährungsberatung	58
2.1.5	Notwendigkeit der Diät- und Ernährungsberatungen	59
2.1.6	Kognitiver Beratungsansatz	61
2.1.7	Klientenzentrierter Beratungsansatz	61
2.1.8	Grenzen der Beratung	65
2.1.9	Qualität in der Diät- und Ernährungsberatung	65
2.1.10	Bestandteile der Diät- und Ernährungsberatung	66
2.1.11	EDV in der Diät- und Ernährungsberatung	71
2.1.12	Ablauf einer Diät- und Ernährungsberatung	71
2.1.13	Rahmenbedingungen der Ernährungsberatung	77
2.1.14	Qualitätssicherung der Ernährungsberatung	78
2.1.15	Fazit	78

2.2	Ernährungspsychologie	79
	<i>Almut Müller</i>	
2.2.1	Grundlagen der Ernährungspsychologie	79
2.2.2	Kommunikation als Grundlage der Ernährungsberatung	80
2.2.3	Kommunikationsprobleme in der Ernährungsberatung	87
2.2.4	Setting – der Beginn	89
2.2.5	Techniken der Ernährungsberatung	90
2.2.6	Modifikation des Ernährungsverhaltens	93
2.3	Rhetorik und Seminargestaltung für Ernährungsfachkräfte	94
	<i>Mareike Carlitscheck</i>	
2.3.1	Rhetorik	94
2.3.2	Gestaltung von Seminaren.	98
2.4	Ernährungssoftware und der Einsatz in der Diätetik und Ernährungsberatung	104
	<i>Sven-David Müller unter Mitarbeit von Jürgen Erhardt</i>	
2.4.1	Lebensmitteltabellen	104
2.4.2	Programmfunktionen einer modernen Ernährungssoftware	106
2.4.3	Auf dem deutschen Markt verfügbare Programme	107
2.5	Rechtliche Aspekte im Bereich Ernährung, Lebensmittel und Diätberatung	107
	<i>Sven-David Müller</i>	
2.5.1	Lebensmittel-, Bedarfsgegenstände und Futtermittelgesetzbuch (LFGB)	107
2.5.2	Lebensmittel-Kennzeichnungsverordnung (LMKV).	108
2.5.3	Zusatzstoff-Zulassungs-Verordnung (ZZuLV)	108
2.5.4	Diätetische Lebensmittel.	109
2.5.5	Gesetz über den Beruf der Diätassistentin und des Diätassistenten (DiätAssG)	109
2.5.6	Medizinische Ernährungsberatung ist nicht umsatzsteuerpflichtig!	109
2.6	Grundlagen der Presse- und Öffentlichkeitsarbeit für Ernährungsfachkräfte	111
	<i>Sven-David Müller unter Mitarbeit von Thomas Reiche</i>	
2.6.1	Einführung in die Presse- und Öffentlichkeitsarbeit.	111
2.6.2	Grundlagen der Kommunikation – wie Zeitungen funktionieren.	114
2.6.3	So wird Ihre Pressemitteilung ein Erfolg!.	119
2.6.4	Pressekonferenz.	123
2.6.5	Interview oder Statement	124
2.6.6	Bedeutung des Internets für die Diät- und Ernährungsberatung	124
3	Diätkatalog	125
3.1	Diätformen	125
	<i>Eva Lückerath</i>	
3.1.1	Vollkostformen	125
3.1.2	Energiedefinierte Diätformen	128
3.1.3	Proteindefinierte Diätformen	154
3.1.4	Elektrolytdefinierte Diätformen	162
3.1.5	Gastroenterologische Diätformen	171
3.1.6	Diagnostische Diätformen	188
3.1.7	Diäten bei speziellen Systemerkrankungen	188
3.1.8	Seltene Diätformen	196
3.2	Richtlinien für die Ernährung bestimmter Bevölkerungsgruppen	206
3.2.1	Ernährung der Schwangeren und Stillenden.	206
	<i>Eva Lückerath</i>	

3.2.2	Die Ernährung des Säuglings, Kindes und Jugendlichen	209
	<i>Eva Lückerath</i>	
3.2.3	Ernährung des älteren Menschen	220
	<i>Eva Lückerath</i>	
3.2.4	Ernährung des Sportlers	224
	<i>Thomas Reiche, Bettina Geier unter Mitarbeit von Sven-David Müller</i>	
3.3	Tagespläne	237
	<i>Christiane Weißenberger, Sven-David Müller</i>	
3.3.1	Vollkostformen	237
3.3.2	Energiedefinierte Diäten	242
3.3.3	Proteindefinierte Diäten	251
3.3.4	Elektrolytdefinierte Diäten	256
3.3.5	Gastroenterologische Diäten	264
3.3.6	Seltene Diätformen	273
4	Nahrungsmittelallergien	278
	<i>Eva Lückerath</i>	
4.1	Allergische und pseudoallergische Reaktionen	278
4.1.1	Allergische Reaktionen	278
4.1.2	Pseudoallergische Reaktionen (PAR).	280
4.2	Allergologische Kostformen	284
4.2.1	Diagnostische Kostformen	284
4.2.2	Therapeutische Kostformen	288
4.2.3	Präventive Kostformen	290
4.3	Kreuzreaktionen	304
4.3.1	Kreuzreaktionen bei Birke, Erle, Hasel	305
4.3.2	Kreuzreaktion bei Beifuß (Sellerie-Karotten-Beifuß-Gewürz-Syndrom)	308
4.3.3	Lebensmittelauswahl bei pollenassozierten Erkrankungen	309
4.4	Allergenkennzeichnung	311
5	Künstliche Ernährung	313
	<i>Sven-David Müller, Kristina Cordes unter Mitarbeit von Bettina Geier</i>	
5.1	Einführung in die klinische Ernährung	313
5.2	Enterale Ernährung	313
5.2.1	Einleitung	313
5.2.2	Nahrungsformen in der enteralen Ernährungstherapie	317
5.2.3	Verordnungsfähigkeit der enteralen Ernährung	322
5.2.4	Enterale versus parenterale Ernährung	322
5.2.5	Applikationsformen der enteralen Ernährungstherapie	325
5.2.6	Medikamentöse Therapie im Rahmen der enteralen Ernährung.	330
	Autoren- und Mitarbeiterverzeichnis	333
	Vitae	334
	Wichtige Organisationen	335
	Produkte der enteralen Ernährung	338
	<i>Sven-David Müller, Bettina Geier</i>	
	Literatur	342
	Abbildungsnachweis	351
	Sachverzeichnis	352