

## Vorwort zur 8. Auflage

In schöner Regelmäßigkeit erscheint alle vier Jahre eine Neuauflage des Taschenatlas Ernährung. Dank der hervorragenden Kooperation zwischen dem Autorenteam einschließlich der Bearbeitung des lebensmittelrechtlichen Teils durch Herrn Professor Kügel (Stuttgart) und den verantwortlichen Redakteurinnen und Grafikerinnen des Thieme Verlags gelingt es immer wieder, die Inhalte des Taschenatlas an die aktuellen Entwicklungen anzupassen.

Das bedeutet, dass Teile gestrichen, verändert oder neu konzipiert werden. Genau dies ist in der vorliegenden 8. Auflage geschehen, und so konnten neue wissenschaftliche Erkenntnisse auf den verschiedensten Gebieten, wie z. B. der Vitamine, der Epigenetik oder der Mikrobiota, hinzugefügt, in anderen Bereichen, z. B. Nachhaltigkeit, Prä- und Probiotika sowie Verborgenen Hunger aktualisiert werden. Die Verbindung zwischen Mikrobiota und Gehirn, die sogenannte Darm-Hirn-Achse, hat Einfluss auf unseren Stoffwechsel, ebenso die Veränderungen der Mikrobiota durch Fehl- oder Mangelernährung. Die Epigenetik und vor allem die darauf beruhende Beziehung zwischen Ernährung in der Schwangerschaft und späterem Risiko für Übergewicht oder metabolisches Syndrom, zeigt uns die Bedeutung der Ernährung für die Entwicklung unserer Kinder. Die Komplexität der gesundheitsfördernden Er-

nährung sowie deren Übertragung auf den Umgang mit Ernährungsfehlern oder auf die besonderen Probleme der nicht übertragbaren Erkrankungen setzt grundlegende Kenntnisse der Ernährungswissenschaften voraus. Nur so gelingt auch der Dialog innerhalb der sozialen Medien, wo immer wieder mehr oder weniger abenteuerliche Empfehlungen einer „gesunden“ Ernährung zu finden sind. Hier setzt der Taschenatlas Ernährung an. Er stellt nicht nur die Nährstoffe und ihre Wirkungsweise im Einzelnen dar, sondern Nährstoffe und Lebensmittel im Kontext praktischer Umsetzung. Neu hinzugekommen sind hier u. a. religiöse Speisegesetze und Superfood.

Die Tatsache, dass der Taschenatlas Ernährung in acht Sprachen übersetzt wurde, in Frankreich in der dritten und in den englischsprachigen Ländern in der 2. Auflage erscheint, zeigt, wie stark das Interesse an Fachbüchern ist, die grundlegende Aspekte der Ernährung behandeln. Die wissenschaftlichen Grundlagen der Ernährung zusammenzustellen war von Anfang an das Ziel des Autorenteam, und dies gilt auch für diese neue 8. Auflage.

September 2019

S. Nowitzki-Grimm  
P. Grimm  
H. K. Biesalski