

Diagnose Krebs – Muss ich mich anders ernähren?

Hallo und herzlich willkommen zum Podcast der GHD GesundHeits GmbH Deutschland „Klinische Ernährung“. Wir von der GHD GesundHeits GmbH Deutschland beraten seit vielen Jahren im Bereich der Ernährungstherapie.

Heute geht es um das Thema Diagnose Krebs – muss ich mich anders ernähren?

Leiden Sie unter Appetitlosigkeit, Übelkeit oder wurde Ihnen ein Teil des Verdauungstraktes entfernt? Was bedeutet denn eigentlich Mangelernährung?

Bei der krankheitsassoziierten Mangelernährung kommt es zu einem Mangel an Energie, Eiweiß oder auch anderen Nährstoffen. Dieser Mangelzustand kann durch eine verminderte Nahrungsaufnahme oder einer gestörten Nährstoffaufnahme und / oder Aufspaltung, einem erhöhten Proteinabbau oder durch Entzündungsprozesse im Körper hervorgerufen werden.

Folgende Kriterien der deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin zeigen eine Mangelernährung:

Wenn ihr Body-Mass-Index, der so genannte BMI, unter 18,5 liegt, Sie unter einem Gewichtsverlust von über 10% in den letzten 3-6 Monaten leiden.

Aber warum sind Sie so gefährdet für eine Mangelernährung?

Der Tumor entzieht Ihrem Körper für sein schnelles Wachstum sehr viel Energie und je nach Lokalisation des Tumors kommen weitere Probleme hinzu.

Wenn zum Beispiel Ihre Bauchspeicheldrüse oder der Magen-Darm-Trakt betroffen sind, kann es zu Verdauungsproblemen oder sogar zu Resorptionsstörungen kommen. Auch die Therapie gegen den Krebs kann eine Vielzahl von Nebenwirkungen hervorrufen.

Sie können unter Appetitlosigkeit, Durchfällen, Geschmacksveränderungen leiden. Hier geben wir Ihnen gerne Tipps, wie Sie dagegen ankämpfen können. Langfristig entsteht ein Ungleichgewicht zwischen Energie- beziehungsweise Nährstoffaufnahme und Energieverbrauch und Ihr Körper fängt an, körpereigene Reserven abzubauen. Genau aus diesem Grund ist die Ernährung so wichtig, um frühzeitig den Mangel an Nährstoffen auszugleichen und Ihren Ernährungszustand zu verbessern.

Gerne geben wir Ihnen Tipps unter der E-Mail-Adresse ernaehrungsberatung@gesundheitsgmbh.de – Schreiben Sie uns gerne!