

Neue Ernährungsbroschüre der Krebsliga

Die Krebsliga Schweiz hat eine neue Broschüre zum Thema Krebs und Ernährung veröffentlicht. Unter dem Titel «Eine ausgewogene Ernährung stärkt die Gesundheit» werden Empfehlungen für eine gesunde Ernährung und die wichtigsten Zusammenhänge zwischen Krebs und Ernährung erläutert.

Im ersten Teil wird die Lebensmittelpyramide als Basis der gesunden Ernährung erklärt. In der Folge werden Faktoren wie Übergewicht und krebserregende Substanzen in Lebensmitteln erläutert, die das Risiko für eine Krebserkrankung erhöhen. Gezielt wird der regelmässige Verzehr von Früchten und Gemüse als risikomindernd beschrieben. Für die Umsetzung in den Alltag sind zu jedem Thema konkrete Tipps aufgeführt. Die

umfassende Broschüre ist in Deutsch, Französisch, Italienisch, Albanisch, Portugiesisch und Serbisch-Kroatisch-Bosnisch erhältlich und kann bei der Krebsliga Schweiz unter www.swisscancer.ch bestellt werden. ▲

Quelle/Infos: Medienmitteilung Krebsliga 2007.
Barbara Iseli
Tel. 031-389 92 10
E-Mail: barbara.iseli@swisscancer.ch