

Mikronährstoffe in Prävention und Therapie

Zweiter Ernährungsfachkongress der Burgerstein Foundation

Zum zweiten Mal hat der Ernährungsfachkongress Mikronährstoffe der Burgerstein Foundation in Olten unter dem Patronat der SGE stattgefunden. Am 30. Januar 2018 referierten Fachexperten über Vitamine und Mineralstoffe in Prävention und Therapie. Sie legten nicht nur aktuelle wissenschaftliche Studiendaten dar, sondern auch hilfreiche Empfehlungen aufgrund eigener Erfahrungen aus der Praxis.

Omega-3-Fettsäuren – Plädoyer für ein standardisiertes Messverfahren

«Die Umwandlungsrate von pflanzlichen Omega-3-Fettsäuren in tierische EPA und DHA ist vernachlässigbar.» Mit dieser Aussage holte sich Prof. Dr. med. Clemens von Schacky die Aufmerksamkeit des bis auf den letzten Platz besetzten Saals. Dazu kommt, dass die Zufuhr von EPA und DHA gesunken sei, weil die natürlichen Quellen langsam versiegen. Gleichzeitig betonte der Referent die Wichtigkeit einer ausreichenden Omega-3-Fettsäurezufuhr am Beispiel der Herzinsuffizienz und der Schwangerschaft. Um eine solche zu gewährleisten, sei wiederum ein standardisiertes Messverfahren nötig, denn Aufnahme ist nicht gleich Zufuhr und die Zufuhr entspricht nicht dem Spiegel im Blut.

Oft wird der Mangel gar nicht erkannt ...

In vielen Studien im Bereich der Wundheilung wurden Kombiprodukte untersucht, weshalb der Effekt nicht immer einem einzelnen Mikronährstoff zugewiesen werden kann. Für eine gute Wundheilung spielen Mikronährstoffe jedoch eine zentrale Rolle. Entsprechend wichtig ist es, Mikronährstoffe dann zu supplementieren, wenn ein Mangel erkannt wird, wie Prof. Dr. med. Zeno Stanga und Silvia Kurmann in ihrem Referat aufzeigten. Prof. Dr. med. Dr. phil. Gerhard Rogler und Beatrice Schilling erklärten, was man heute über die Rolle des Mikrobioms und sein Zusammenspiel mit dem menschlichen Stoffwechsel weiss. Hugo Schurgast und Stephanie Tölle zeigten ferner am Beispiel eines Patienten auf, wie die Diabetestherapie mit Mikronährstoffen optimiert werden kann.

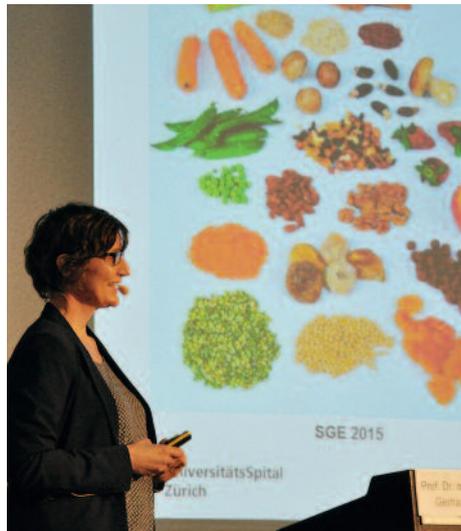
Über toxische Metalle und Interaktionen zwischen Medikamenten und Mikronährstoffen

Dr. med. Simon Feldhaus machte in seinem Referat deutlich, dass Belastungen mit Metal-

len ein viel bedeutenderes Problem darstellen als allgemein vermutet. Dabei geht es nicht nur um Kadmium im Zigarettenpapier oder Arsen in Reiswaffeln, sondern zum Beispiel auch um Aluminium. Dieses gewinnt im negativen Sinne an Bedeutung, gerade weil es lange als unbedenklich eingestuft wurde. Die Ausleitung solcher Metalle aus dem Körper bedingt aber grosses Wissen und die richtige Herangehensweise.

«Hinschauen statt kaschieren!» lautete die Aufforderung von Verena Boltshausen ans Publikum. Wer Medikamente verschreibt, sollte sich ihrer Interaktionen mit dem Mikronährstoffhaushalt bewusst sein.

Alle Referate sind unter www.burgersteinfoundation.ch/weiterbildung kostenlos verfügbar.



Beatrice Schilling, BSc, Ernährungsberaterin SVDE



Neuaufgabe des Bestsellers «Burgerstein Handbuch Nährstoffe»

Das klassische Nachschlagewerk für Fachleute und Interessierte am Thema Ernährung und gesundes Leben ist ab sofort in der neu überarbeiteten, aktualisierten 13. Auflage im Buchhandel oder direkt über www.mikronaehrstoff-wissen.ch erhältlich.

Fr. 46.–, zzgl. Versandkosten





Nationale Fachtagung der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE 2018

Ernährung am Arbeitsplatz: Mehr als ein Lunch!

Dienstag, 11. September 2018, Inselspital Bern, 8 bis 17 Uhr

Programm:

- Betriebliches Gesundheitsmanagement
BGM – Ein Konzept
Reto Kälin, Gesundheitsförderung Schweiz
- Ernährung – Stellenwert im BGM?
Prof. Dr. Andreas Krause, FHNW,
& Ronia Schiftan, SGE
- Snacking & eating on the go
Prof. Dr. Christine Brombach, ZHAW
- Gemeinschaftsgastronomie
Prof. Dr. Michael Siegrist, ETH Zürich
- High Performance am Arbeitsplatz dank
Ernährung?
Prof. Pierre Maechler, Universität Genf
- Kleines Gewissen
Johanna Altenberger, Head Swiss Re Gastronomy
- Wasserspender und Fruchtekörbe - reicht das?
Charlotte Weidmann & Ronia Schiftan, SGE



Programmdetails und Anmeldung unter:
www.sgs-ssn.ch/fachtagung

Mit der Unterstützung von:

