

**Schweizer Zeitschrift für Ernährungsmedizin SZE  
2019 – Jahrgang 17****Verlag**

Rosenfluh Publikationen AG  
Schaffhauserstr. 13, 8212 Neuhausen  
Telefon 052-675 50 60, Fax 052-675 50 61  
E-Mail: info@rosenfluh.ch  
Internet: www.rosenfluh.ch

**Redaktion**

Annegret Czernotta  
Telefon 076-495 32 82, Fax 052-675 50 61  
E-Mail: a.czernotta@rosenfluh.ch

**Sekretariat**

Sandra Sauter  
Telefon 052-675 50 60, Fax 052-675 50 61  
E-Mail: s.sauter@rosenfluh.ch

**Herausgeberbeirat**

Dr. pharm. Carla Aeberhard, Bern  
Prof. Dr. med. Peter E. Ballmer, Winterthur  
Prof. Dr. med. Kurt Bärlocher, St. Gallen  
Prof. Dr. med. Heike Bischoff-Ferrari, Zürich  
Prof. Dr. Andreas Hahn, D-Hannover  
Dr. Isabelle Herter-Aeberli, Zürich  
Prof. Dr. med. Reto W. Kressig, Basel  
Dr. med. Josef Laimbacher, St. Gallen  
Prof. Dr. Wolfgang Langhans, Zürich  
PD Dr. med. Rubino Mordasini, Bern  
Prof. Dr. pharm. Stefan Mühlebach, Basel  
Barbara Richli, Bern  
PD Dr. Sabine Rohrmann, Zürich  
Dr. med. Dominique Schmidt, Basel  
Prof. Dr. med. Cornel Sieber, D-Nürnberg  
Prof. Dr. med. Paolo Suter, Zürich  
Prof. Dr. med. Stephan Vavricka, Zürich  
Prof. Dr. Paul Walter, Basel  
Prof. Dr. med. Michael Zimmermann, Zürich

**Verkauf**

Jeanine Bleiker  
Telefon 052-675 50 53, Fax 052-675 50 51  
E-Mail: j.bleiker@rosenfluh.ch

**Anzeigenregie**

Manuela Behr  
Telefon 052-675 50 52, Fax 052-675 50 51  
E-Mail: romed@rosenfluh.ch

**Layout**

Manuela Bühler, Telefon 052-675 51 72  
Fax 052-675 50 62, E-Mail: buehler@rosenfluh.ch

**Druck und Versand**

Druckerei Stamm + Co. AG, 8226 Schleithelm

**Erscheinungsweise** 5-mal jährlich  
**Versandaufgabe** ca. 5500 Exemplare

**Abonnementspreis (zuzüglich MwSt.)**

Jahresabonnement Schweiz Fr. 50.–; SGE-Mitglieder Fr. 29.–  
Europa Fr. 85.–; übriges Ausland Fr. 97.50  
Schnupperabonnement Fr. 30.–; Studentenabonnement Fr. 45.–  
Einzelheft Fr. 10.– plus Porto

**Copyright**

by Rosenfluh Publikationen AG. Alle Rechte beim Verlag. Nachdruck und Kopien von Beiträgen und Abbildungen in jeglicher Form, wie auch Wiedergaben auf elektronischem Weg und übers Internet, auch auszugsweise, sind verboten bzw. bedürfen der schriftlichen Genehmigung des Verlags.

**Hinweise**

Offizielle Zitierweise: Schweiz.Z. Ernähr.med.  
Der Verlag übernimmt keine Garantie oder Haftung für Preisangaben oder Angaben zu Diagnose und Therapie, im Speziellen für Dosierungsanweisungen.

Mit der Einsendung oder anderweitigen Überlassung eines Manuskripts oder einer Abbildung zur Publikation erklärt sich der Autor/die Autorin damit einverstanden, dass der entsprechende Beitrag oder die entsprechende Abbildung ganz oder teilweise in allen Publikationen und elektronischen Medien der Verlagsgruppe veröffentlicht werden kann. Bei einer Zweitveröffentlichung werden der Autor informiert und die Quelle der Erstpublikation angegeben.

**Forum**

Unter der Rubrik «Forum Industrie» werden vorwiegend interessen-gebundene, teilweise bezahlte Texte publiziert, für deren Inhalt die Redaktion keine Verantwortung übernimmt.

ISSN-Nr.: 1660-4695

Die «Schweizer Zeitschrift für Ernährungsmedizin» ist eine Beilage zu ARS MEDICI  
Online einsehbar unter: www.sze.ch



**sg**e Schweizerische Gesellschaft für Ernährung  
**ss**n Société Suisse de Nutrition  
**ss**n Società Svizzera di Nutrizione

Die SZE ist das offizielle deutschsprachige wissenschaftliche Organ der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung SGE. Die SGE nimmt keinen Einfluss auf die Inhalte der SZE; die einzelnen Beiträge geben die Meinung der Autoren/Autorinnen wieder und müssen nicht der offiziellen Meinung der SGE entsprechen.

gedruckt in der  
schweiz

## Die SGE informiert

Schweizer Nährwertdatenbank V 6.0 .....	4
Schweizer Ernährungsbulletin .....	4
Nationale Fachtagung der SGE .....	5

## Ernährungstrends

<b>Unterschiedliche Varianten des Fastens – Nutzen und Risiken . . .</b>	<b>6</b>
Von Peter Stehle	
<b>Die SIRT-Food-Diät .....</b>	<b>10</b>
Von Anibh Martin Das	
<b>Superfoods: Hehre Helden oder blasse Blender? .....</b>	<b>13</b>
Von David Fäh	
<b>Die Paläodiät – zurück in die Zukunft!? .....</b>	<b>16</b>
Von Alexander Ströhle und Andreas Hahn	
<b>Ernährungstrends in der Ernährungsberatung .....</b>	<b>20</b>
Von Marina Martin	
<b>Superfood aus der Region .....</b>	<b>25</b>

## Berichte

<b>Brauchen wir im Alter mehr Protein? .....</b>	<b>19</b>
Von Paolo Colombani	
9. Adipositasymposium <b>Metabolische Chirurgie kann mehr als Gewicht und Diabetes behandeln .....</b>	<b>23</b>

## SVDE/ASDD

<b>Das Label Ernährungsberater/in SVDE®: Bedeutung und Nutzen für Patienten und Verordner .....</b>	<b>22</b>
---	-----------