

Presseinformation

Weltkrebstag

Gut ernährt gegen den Krebs

Bonn, den 24.01.2018. Jeder zweite Deutsche erkrankt im Laufe seines Lebens an Krebs[1]. Obwohl sich die Behandlungsmöglichkeiten ständig verbessern, ist die Krankheit für Betroffene und Angehörige eine große Belastung. Mit dem Weltkrebstag macht die Weltgesundheitsorganisation am 4. Februar darauf aufmerksam, dass Menschen gegen die Krankheit erfolgreich ankämpfen können. Wichtig dabei ist auch einen Gewichtsverlust, der mit vielen negativen Auswirkungen für den Betroffenen verbunden ist, durch eine ausreichende Ernährung zu vermeiden.

Der Weltkrebstag steht unter dem Motto "Wir können. Ich kann." Die Kampagne soll zeigen, dass sich viele Krebserkrankungen durch einen gesunden Lebensstil vermeiden lassen. Was für die Vorbeugung gilt, ist auch für die Behandlung einer Krebserkrankung wichtig. Dazu gehört neben der medizinischen Krebstherapie eine Ernährung, die ausreichend Kalorien, Eiweiß und lebensnotwendige Nährstoffe zuführt sowie wenn möglich, viel Bewegung an der frischen Luft. Dennoch leiden viele Betroffene aufgrund ungenügender Nahrungsaufnahme unter ungewolltem Gewichtsverlust. Gründe dafür gibt es viele: Appetitverlust durch den Krebs selbst und auch die chronischen Entzündungen im Körper, die den Stoffwechsel anregen und damit den Energieverbrauch in die Höhe treiben können. Dem Erkrankten steht dann meist nicht mehr genug Energie und Eiweiß über die Nahrungsaufnahme zur Verfügung und der Körper baut die eigenen Reserven, Fettgewebe und Muskeln ab.

Wenn das Körpergewicht abnimmt

Eine nicht bedarfsgerechte Kalorien- und Nährstoffzufuhr führt über kurz oder lang zum Gewichtsverlust und in die Mangelernährung. Ein guter Ernährungszustand ist aber sehr wichtig für die Genesung nach Operationen und für den Erfolg von Chemo- oder Strahlentherapien sowie für ein gutes Allgemeinbefinden. „Daher ist es wichtig, dass Betroffene, Familienmitglieder und Ärzte die Essgewohnheiten und das Körpergewicht der

Presseinformation

Erkrankten regelmäßig beobachten und dokumentieren, um einen guten Ernährungszustand zu erhalten und Komplikationen vorzubeugen“, sagt Norbert Pahne vom DIÄTVERBAND e.V.

Wege aus der Mangelernährung

Doch wie lässt sich eine Mangelernährung behandeln und der Ernährungszustand stabilisieren? Grundsätzlich soll so lange wie möglich, eine vollwertige Ernährung mit normalen Lebensmitteln im Vordergrund stehen. Wenn dies nicht mehr umgesetzt werden kann, gibt es weitere Alternativen. Die Anreicherung der normalen Nahrung mit Kalorien, Eiweiß, Vitaminen und Spurenelementen kann helfen, wenn eine vollständige Ernährung mit herkömmlichen Lebensmitteln nicht mehr bedarfsdeckend oder nur noch teilweise möglich ist. Gute und praxisnahe Hinweise gibt die Broschüre „Unterstützende Ernährungstherapie bei Krebserkrankungen“ der Berliner und anderer Krebsgesellschaften[2]. „Das individuelle Vorgehen sollte immer mit einem Arzt oder einer Ernährungsfachkraft abgesprochen werden“, rät Norbert Pahne. „Gegebenenfalls kann der Ernährungszustand über spezielle Trinknahrung optimiert werden, wenn die normalen Mahlzeiten nicht mehr bedarfsdeckend sind.

Medizinische Trinknahrung

Trinknahrungen sind flüssige Zusatznahrungen, in der Regel direkt gebrauchsfertig und in Geschmacksrichtungen süß bis herzhaft angeboten. Sie versorgen den Körper mit Kalorien und allen lebensnotwendigen Nährstoffen wie Eiweiß, Vitamine und Mineralstoffe. Damit dient die Trinknahrung als wertvolle Ergänzung bzw. als Mahlzeitenersatz. Bei Bedarf können Trinknahrungen vom Arzt verschrieben werden, wenn andere Maßnahmen zur Stabilisierung des Ernährungszustandes nicht erfolgreich waren. Ebenso können sie ohne Rezept in der Apotheke gekauft werden.

Mehr Informationen gibt es unter www.trinknahrung.pro.

Presseinformation

[1] Krebs in Deutschland 2011/2012, Robert Koch-Institut, Berlin 2015.

[2] Berliner Krebsgesellschaft e.V. „Unterstützende Ernährungstherapie bei Krebserkrankungen“, Berlin 2016

Bildmaterial



BU: Genügend Nährstoffe sind gerade für Krebspatienten wichtig, um die Genesung vorantreiben zu können. Quelle: KatarzynaBialasiewicz / iStock // Kampagne „Gesundheit hat Gewicht“

Pressekontakt:

Redaktionsbüro „Gesundheit hat Gewicht“

Maria von Wirth

Solinger Straße 13

45481 Mülheim

Tel.: (0208) 4696-304

E-Mail: maria.vonwirth@koob-pr.com

www.trinknahrung.pro