

Ernährung und Diät

von

Roland Bitsch

Professor an der Universität-Gesamthochschule Paderborn

und

Heinrich Kasper

Professor an der Medizinischen Universitätsklinik Würzburg

19 Abbildungen und 27 Tabellen

Schriftenreihe der Bayerischen Landesapothekenkammer · Heft 33
München 1986

Inhaltsverzeichnis

Teil I: Ernährungsphysiologische Grundlagen

Roland Bitsch

Einleitung	11
1. Richtlinien für den Energie- und Nährstoffbedarf	12
2. Prinzipien des Energiestoffwechsels	15
2.1 Brennwerte der Nährstoffe, Isodynamiegesetz	15
2.2 Ermittlung des physikalischen Brennwertes (Kalorienbombe)	17
2.3 Kalorisches Äquivalent und Respiratorischer Quotient (RQ) der Nährstoffe	19
2.4 Grundumsatz, spezifisch dynamische Wirkung und Thermogenese der Nährstoffe	22
3. Wasser- und Elektrolytstoffwechsel	25
3.1 Wasserbilanz, Flüssigkeitsräume	25
3.2 Natrium-Kaliumhaushalt	29
3.3 Säure-Basenhaushalt	29
4. Biologische Proteinwertigkeit, Proteinbedarf	31
5. Cholesterinstoffwechsel	39
6. Essentielle Fettsäuren	45
7. Ballaststoffe	50
8. Ernährung bei erhöhter körperlicher Leistung	57
9. Phenolstoffwechsel	60

Teil II: Diättherapie*Heinrich Kasper*

Einleitung	67
Erkrankungen des Stoffwechsels	70
Fettsucht	70
Diabetes mellitus	75
Hyperlipoproteinämien	78
Diät	82
Leichte Vollkost	83
Erkrankungen der Verdauungsorgane	84
Magen- und Zwölffingerdarmgeschwüre	84
Erkrankungen des Dünndarmes	86
Chronisch entzündliche Darmerkrankungen	90
Totale Colektomie	91
Colondivertikulose	91
Obstipation	92
Akute Pankreatitis	93
Chronische Pankreatitis	93
Exokrine Pankreasinsuffizienz	93
Erkrankungen der Leber	94
Akute Hepatitis, chronische Hepatitis, Leberzirrhose	94
Fettleber	95
Gallenwegerkrankungen	96
Hypertonie	96
Chronische Niereninsuffizienz und Urämie	98
Alternative Kostformen	99
Literatur	100