

**Einführung: Kinderernährung in der
Überflussgesellschaft – eine Herausforderung** 4
Sabine Schmidt

1	Kinderernährung und frühe Kindheit unter präventiven Gesichtspunkten	
	1.1 Kinderernährung und spätere Gesundheit – Möglichkeiten für eine präventive Ernährung von Anfang an	10
	<i>Hermann Kalhoff, Mathilde Kersting</i>	
2	Herausforderungen einer gesunden Ernährung	
	2.1 Die Ernährung des gesunden Säuglings	22
	<i>Ute Alexy, Annett Hilbig, Mathilde Kersting</i>	
	2.2 Die Ernährung gesunder Kinder und Jugendlicher nach dem Konzept der Optimalen Mischkost	34
	<i>Ute Alexy, Annett Hilbig, Mathilde Kersting</i>	
	2.3 Bestandsaufnahme: Nährstoffversorgung und Lebensmittelverzehr von Kindern und Jugendlichen in Deutschland	44
	<i>Gert B. M. Mensink, Almut Richter, Anna Stahl, Claudia Vohmann, Helmut Heseke</i>	
	2.4 Vegetarische Ernährung bei Kindern	69
	<i>Mathilde Kersting, Hermann Kalhoff, Thomas Lücke</i>	
3	Essverhalten im Kindes- und Jugendalter und seine Einflussfaktoren	
	3.1 Entwicklung des Essverhaltens im Kindes- und Jugendalter	78
	<i>Thomas Ellrott</i>	
	3.2 Wie Essverhalten in der Familie geprägt wird	92
	<i>Sabine Schmidt</i>	
	3.3 Einflüsse auf das Essverhalten Jugendlicher	106
	<i>Silke Bartsch</i>	
	3.4 Einflüsse auf Essentscheidungen – Ein Überblick aus der psychologischen und neurophysiologischen Forschung	116
	<i>Bernd Weber</i>	
	3.5 „Das Kind isst nicht!“ – Fütterungsprobleme und -störungen bei Säuglingen und Kleinkindern und ihre Behandlung	122
	<i>Josephine Schwarz-Gerö</i>	

4	Übergewicht bei Kindern und Jugendlichen: Präventions- und Therapieansätze	
	4.1 Prävention von Übergewicht und Adipositas im Kindes- und Jugendalter <i>Susann Wehrauch-Blüher, Katrin Kromeyer-Hauschild, Christine Graf et al.</i>	130
	4.2 Schwer zugängliche Gruppen in der Adipositasbehandlung <i>Birgit Jödicke, Susanna Wiegand</i>	140
5	Essstörungen mit Untergewicht: Präventions- und Therapieansätze	
	5.1 Essen gegen die innere Leere – Merkmale, Entstehung und Therapie von Essstörungen im Jugendalter <i>Eva Wunderer</i>	156
6	Kinderernährung und Allergien	
	6.1 Lebensmittelallergien im Kindesalter <i>Imke Reese</i>	170
7	Schlussfolgerungen	
	7.1 Aussichten und Forderungen für Gesundheitsförderung und Prävention in der Kinderernährung <i>Mathilde Kersting</i>	184
8	Service – Adressen – Tipps	
	Links zur Ernährung von Kindern und Jugendlichen in Deutschland	188
	Links zum Thema Essstörungen	191
	Ambulante Adipositas-Interventionsprogramme (Auswahl)	192
	Ernährungsepidemiologische Studien (Auswahl)	193
9	Anhang	
	9.1 Verzeichnis der Autorinnen und Autoren	196
	9.2 Literatur zu den Kapiteln	201
	9.2 Sachregister	220