

Presseinformationen



Prof. Dr. Olaf Adam

Ernährungsrichtlinien bei Multipler Sklerose

Ein Leitfaden

56 Seiten, zahlreiche farbige Abbildungen und Tabellen

Format: 21 x 21 cm

3. Auflage, Münster 2011

ISBN: 978-3-936525-39-7

Preis: 12,50 €

Ernährungsrichtlinien bei Multipler Sklerose

Seit langem ist bekannt, dass Ernährungsfaktoren, vor allem Nahrungsfette, einen Einfluss auf entzündliche Prozesse haben. Omega-3-Fettsäuren, die vor allem in Fischölen vorkommen, hemmen den Entzündungsprozess bei MS. Erhöhte Dosierungen von Antioxidantien (β -Karotin, Vitamin C und E) sowie Spurenelementen (Kupfer, Selen und Zink) können ebenfalls einen positiven Einfluss auf die Entzündungsdynamik der Erkrankung haben.

Der Ratgeber „Ernährungsrichtlinien bei MS“ enthält nicht nur aktuelle Erkenntnisse aus der Wissenschaft, sondern auch allgemeine Empfehlungen der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE). Diese Zusammenstellung hilft dabei, den eigenen Speiseplan entsprechend anzupassen.

Der praktische Nutzen und die leichte Umsetzbarkeit der einzelnen Maßnahmen stehen im Mittelpunkt der Ernährungsrichtlinien. Ausführliche Tabellen sowie Nährwertangaben der wichtigsten Lebensmittel eröffnen MS-Betroffenen die Möglichkeit, ihr Krankheitsgeschehen über die Ernährung positiv zu beeinflussen.

Prof. Dr. Olaf Adam ist Mediziner und Ernährungsexperte. Er leitete lange Zeit die ernährungsmedizinischen Abteilung an der Ludwig-Maximilians-Universität in München.

Der **Deutsche Medizin Verlag** konnte für seine Ratgeberreihe angesehene Autoren gewinnen, die als Praktiker täglich mit der Multiplen Sklerose konfrontiert werden. Deshalb gehen dmv Ratgeber in ihrer Darstellung deutlich über einen rein informativen Inhalt hinaus: Sie geben konkrete Anregungen, den Alltag mit MS nach persönlichen Fähigkeiten zu gestalten, zu verändern und lebenswert zu erhalten.



PRESSEKONTAKT:

dmv Deutscher Medizin Verlag · Daimlerstraße 55 · 48308 Senden · Tel. 02597 991300 · Fax 02597 991309
www.dmv-direkt.de · info@dmv-direkt.de

Die Veröffentlichung ist honorarfrei. Wir freuen uns über die Zusendung eines Belegexemplares.