

# Mehr Gesundheit, mehr Leben. Ernährung bei Krebs



**Welchen Stellenwert hat die Ernährung bei onkologischen Erkrankungen?**

**Mag. Angelika Beirer:** Jeder Patient reagiert in eigener Art und Weise auf die Krebserkrankung und ihre Behandlung. Bei der Hälfte der Betroffenen verändert sich das Ernährungsverhalten durch die Erkrankung. Zudem haben Krebspatienten oftmals mit Kau- und Schluckbe-

schwerden, Mangelernährung, Übelkeit, Geschmacksveränderungen, aber auch ungewollter Gewichtszunahme zu kämpfen. Im Falle einer Erkrankung sollte professionelle Unterstützung durch eine Diätologin – beispielsweise im Zuge einer Onkologischen Rehabilitation – in Anspruch genommen werden.

**Wie sieht die Ernährungsberatung im Lebens.Med Zentrum Bad Erlach konkret aus?**

**Mag. Beirer:** Den Rehabilitationspatienten wird das Frühstück, Mittag- und Abendessen in Buffetform angeboten, das ermöglicht individuell zwischen verschiedenen Kostformen und Konsistenzen zu wählen. Direkt vor Ort findet am Buffet eine gezielte Beratung durch die Diätologin statt. Für Patienten mit Unverträglichkeiten, Allergien oder anderen speziellen Anforderungen wird ein Diätplan erstellt. Weiters werden gezielte Schulungen zu

ernährungsspezifischen Themen angeboten und bei der Einzeltherapie wird vertiefend auf diverse Themen eingegangen.

**Welche praktischen Tipps haben Sie?**

**Mag. Beirer:** Zur Prävention, aber auch nach einer Krebserkrankung, spielen eine gesunde, ausgewogene Ernährung bzw. ein gesundheitsbewusster Lebensstil eine wichtige Rolle. Der regelmäßige Konsum von nicht stärkehaltigem Gemüse, speziell Lauchgemüse und Knoblauch sowie von Früchten geht nach den neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen wahrscheinlich mit einem verringerten Risiko für eine Reihe von Krebserkrankungen (Mund, Rachen, Kehlkopf, Speiseröhre, Lunge, Magen, Kolorektum) einher. Ein regelmäßiges Sportprogramm wirkt außerdem risikominimierend.

Anzeige



Diätologin Mag. Angelika Beirer bei der Ernährungsberatung am Buffet.

## Lebens.Med Zentrum Bad Erlach

Das Lebens.Med Zentrum Bad Erlach bietet Onkologische Rehabilitation für Patienten, die ihre primäre Krebsterapie abgeschlossen haben und ihren Gesundheitszustand verbessern möchten. Das Lebens.Med Zentrum Bad Erlach zählt zu den Beste Gesundheit-Betrieben.



**Tipp:** Beste Gesundheit-Wiki Online-Nachschlagewerk zu Rehabilitation, Kur und Gesundheitsvorsorge Aktiv. [www.beste-gesundheit.at](http://www.beste-gesundheit.at)

**Lebens.Med Zentrum Bad Erlach**  
☎ 02627/81300  
[www.lebensmed-baderlach.at](http://www.lebensmed-baderlach.at)

