

Ernährungs- therapie bei Krebs

Informationsbroschüre
der Diätologie



Welche Rolle spielt die Ernährung bei Krebserkrankungen?

Je nach Tumorart spielt die Ernährung eine unterschiedlich wichtige Rolle.

Grundsätzlich gilt: Allgemein gesundheitsfördernde Substanzen, wie beispielsweise Vitamine, Antioxidantien und Omega-3-Fettsäuren, sollten bevorzugt und schädliche Faktoren, wie beispielsweise Alkohol, heterozyklische Verbindungen (z. B. Benzpyrene, die durch zu starkes Erhitzen entstehen) und Schimmel, vermieden werden. Dennoch erfordert jede Krebserkrankung eine individuelle Behandlung, weshalb unterschiedliche Tumorarten auch in der Ernährungstherapie sehr unterschiedlich zu handhaben sind.

Es ist wichtig, dass Sie Ihren Organismus so gut wie möglich mit einer für Sie bedarfsdeckenden Ernährung unterstützen, um:

- Therapiemaßnahmen zu sichern
- Nebenwirkungen zu reduzieren
- Komplikationen zu vermeiden
- Lebensqualität zu verbessern



Bei jeder Tumorerkrankung ist ein guter Ernährungszustand entscheidend, um die Therapie bestmöglich zu unterstützen.



Nach der Krebsdiagnose fragen sich viele Betroffene, was sie selbst zur Steigerung der Therapieerfolge beitragen können. Großen Einfluss haben hierbei Ernährungsweise und -biographie.

Ca. fünfzig Prozent der an Krebs erkrankten Menschen stellen ihre Ernährung nach der Diagnosestellung um. Essenziell sind dabei die richtige Zusammensetzung der Nährstoffe (Eiweiß, Fett und Kohlenhydrate), die Aufnahme von Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen sowie die optimale Versorgung mit Energie.

Was machen Diätologen?

Diätologie ist ein gesetzlich anerkannter Gesundheitsberuf, welcher unter anderem ernährungstherapeutische Behandlungen umsetzt.

Die diätologische Betreuung am Klinikum Wels-Grieskirchen umfasst:

- Planung, Zusammenstellung, Berechnung der individuellen Ernährung
- Umsetzung ernährungstherapeutischer Maßnahmen sowie
- Beratung des Patienten und seiner Angehörigen.

Diätologen sind (neben Ärzten) die einzige Berufsgruppe, die Menschen mit besonderen Ernährungsbedürfnissen (etwa bei Vorliegen bzw. Verdacht einer Krankheit) ernährungstherapeutisch betreuen dürfen.



Ernährungsberatung individuell auf Krankheit und Symptome abgestimmt

In der Ernährungsberatung wird die auf die Krankheit abgestimmte Ernährungsweise gemeinsam erarbeitet, um Therapiemaßnahmen zu sichern (z. B. Durchführung der Chemotherapie), Nebenwirkungen zu reduzieren, Komplikationen zu vermeiden und Lebensqualität zu verbessern.

Gezielte Ernährungsmaßnahmen (z. B. Rezepte, Tees, ...) sind grundlegende Bestandteile einer Beratung. Der Nährstoff- und Energiebedarf ist durch die Erkrankung meist erhöht und muss sinnvoll gedeckt werden. Hier stehen unterschiedliche Möglichkeiten zur Verfügung (z. B. Kalorienanreicherung durch Fett, Eiweißanreicherung, Rezeptadaptierung, Trinknahrungen, ...).

Terminvereinbarung

Eine Zuweisung für Ihre individuelle Ernährungsberatung erfolgt über die Station nach Zuweisung durch den Klinikum Arzt. Einen Termin können sie sich unter der Telefonnummer: +43 7242 415 - 92490 vereinbaren.



Jede Beratung erfolgt nach individuellen Gesichtspunkten und den Bedürfnissen des Erkrankten und basiert auf wissenschaftlichen Fakten.

Welche Krebsbetroffenen profitieren von einer Ernährungstherapie?



Wir empfehlen: Informieren Sie sich bereits bei Diagnosestellung über eine geeignete Ernährungstherapie, um eine zu starke Gewichtsabnahme / -zunahme zu vermeiden!

Prinzipiell kann jeder Interessierte eine Beratung wahrnehmen.

Die Ernährungsberatung sollte auch dann schon Thema sein, wenn der Allgemeinzustand gut ist – um diesen zu halten. Ist die Gewichtsabnahme schon sehr fortgeschritten, kann das bereits abgenommene Gewicht aufgrund der veränderten Stoffwechsellage nur schwer wieder zugenommen werden. Strategien werden hier individuell erarbeitet.

Bei diesen Tumorerkrankungen ist eine Ernährungsberatung besonders sinnvoll:

- Verdauungsorgane (Speiseröhre, Magen, Darm, Bauchspeicheldrüse, Leber etc.)
- HNO-Bereich (Mundhöhle, Kehlkopf etc.)
- Tumore im gynäkologischen Bereich (z. B. Eierstöcke)
- Lunge und Brust

Gesunde Ernährung in der Onkologie – was heißt das?

Trotz wissenschaftlicher Empfehlungen gibt es kein Patentrezept für die beste Form der Ernährung in der Krebsheilkunde.

Problematisch ist die mediale Flut an pseudowissenschaftlichen Ratgebern mit oberflächlichen und vorwiegend verkaufsfördernden Argumenten. Damit Betroffene den Verlauf ihrer Erkrankung beeinflussen und den Heilungsprozess unterstützen können, soll der Ernährungsplan mit den behandelnden Onkologen und Diätologen auf die eigenen Bedürfnisse und Wünsche abgestimmt sein.

Gibt es eine Krebsdiät? → Nein!

Egal, ob ketogene Diät oder Krebsdiät nach Coy, Breuss oder Budwig – keine der populären Diäten heilt eine Krebserkrankung, mag sie auch noch so überzeugend und vielversprechend formuliert sein.

Die gesunden Zellen eines Krebskranken benötigen mehr Energie als die eines gesunden Menschen. Bekommt er nicht ausreichend Nährstoffe, kann dies eine Mangelernährung verstärken und eine krankheitsbedingte Abmagerung beschleunigen, während sich die Krebserkrankung weiter ausbreitet.

Keine der „Anti-Krebs-Diäten“ kann aus medizinischer Sicht befürwortet werden. Es fehlen kontrollierte und klinische Studien, die deren Wirksamkeit belegen.

Klinikum Wels-Grieskirchen GmbH

Eine Einrichtung der Kreuzschwestern und Franziskanerinnen

Ernährungsberatung

Standort Wels

Grieskirchner Straße 42, 4600 Wels, Austria

Telefon +43 7242 415 - 92490, diaetberatung@klinikum-wegr.at

Standort Grieskirchen

Wagnleithner Straße 27, 4710 Grieskirchen, Austria

Telefon +43 7248 601 - 6320 oder DW 6321 oder DW 6322, diaetologiegr@klinikum-wegr.at

www.klinikum-wegr.at

Ersteller: Magdalena Wimhofer | Prüfer: Martina Söllradl | Freigeber: Michaela Großauer
Version: 2 | Datum: September 2023 | Dok.-Nr. 01-04-00734