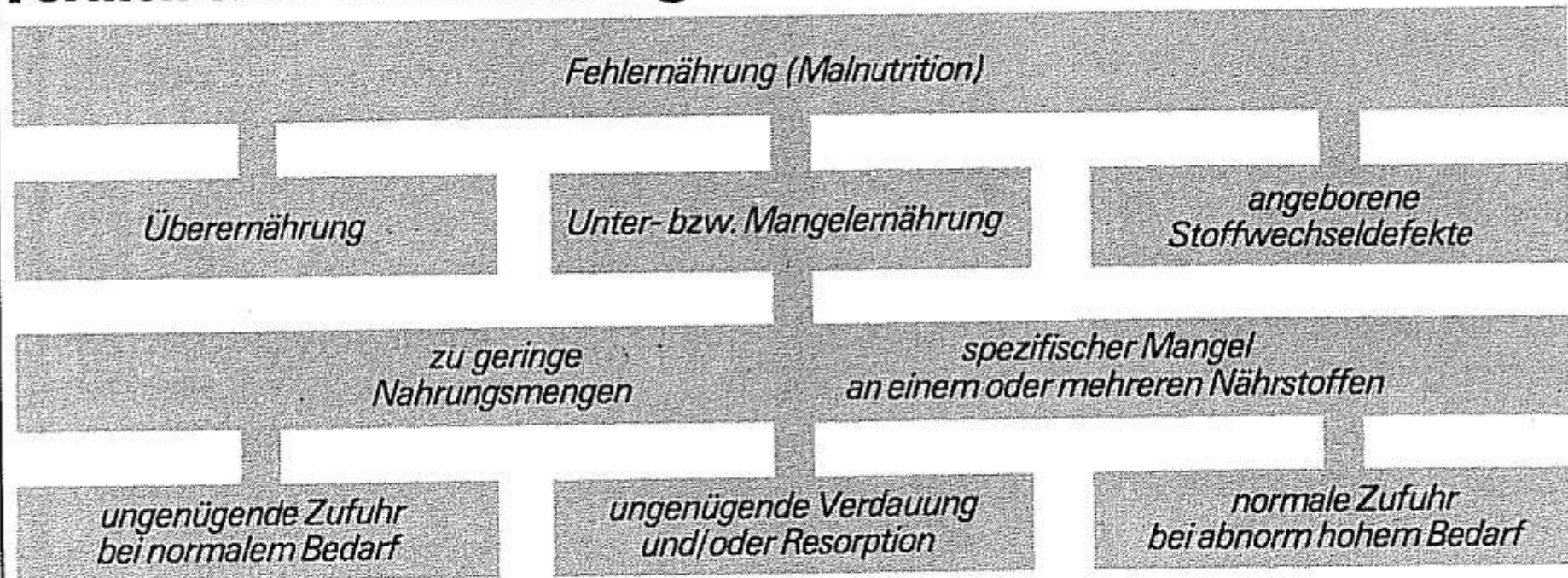


Formen einer Fehlernährung



Der Ernährungswissenschaftler Prof. Cremer versteht unter „Fehlernährung“ sowohl Über- wie Unterernährung und definiert sie als „jede Form der Ernährung, bei der die dem Körper zunutze kommende Menge an Energie oder an einem oder mehreren Nährstoffen für längere Zeit nach oben oder unten so stark vom Optimum abweicht, daß es zunächst zu bleibenden Veränderungen im Stoffwechsel und schließlich zu einer Beeinträchtigung von Gesundheit und/oder Leistungsfähigkeit kommt.“