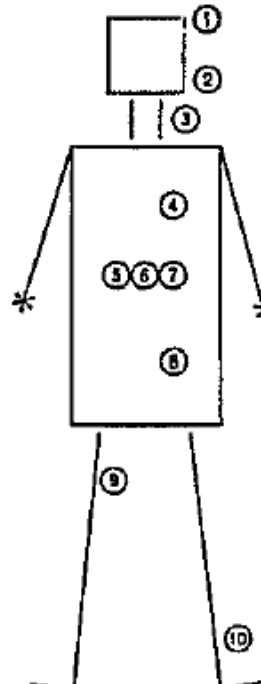


Abb. 25 b) „Ernährungsabhängige“ Gesundheitsstörungen in der Bundesrepublik Deutschland

(Quelle: DGE: Ernährungsbericht 1980)

Tabelle 1/1: „Ernährungsabhängige“ Gesundheitsstörungen
(SCHLIERF, G. und Mitarbeiter) ¹⁾



Gesundheitsstörung	Ernährungsfaktor	Häufigkeit	Präventionsmaßnahme
1 fetales Alkoholsyndrom	stark überhöhter Alkoholkonsum der Mutter	~ 3000/Jahr	Alkoholkarenz
2 Karies	haltende Süßigkeiten	15 000 000/Jahr	Reduktion des Zuckerverzehrs, Zähneputzen, Fluorid
3 Kropf	Jodmangel	~ 13 %	Jodsalz
4 Herz-Kreislauf-Risikofaktoren:			
Übergewicht	Überernährung	30 % - 50 %	Reduktionskost und Bewegung
Hyperlipidämie	Fett und Cholesterin	10 % - 20 %	fettreduzierte und -modifizierte Kost
Bluthochdruck	Überernährung Kochsalz	10 % - 20 %	kochsalzbeschränkte Reduktionskost
Diabetes	Überernährung	3 % - 5 %	energiekontrollierte, zuckerarme Kost
Hyperurikämie	Überernährung, Purine, Alkohol	5 % - 9 %	energiekontrollierte, purinarme Kost
5 Leberzirrhose	Alkohol	?	Alkoholkarenz
6 Gallensteine	Überernährung, Cholesterin	10 %	fettreduzierte, energiekontrollierte Kost
7 Pankreatitis	Alkohol	?	Alkoholkarenz
8 Obesipation	ballaststoffarme Kost	~ 30 %	ballaststoffreiche Ernährung und Bewegung
9 Arterielle Durchblutungsstörungen	s. Herz-Kreislauf-Risikofaktoren	~ 8 % bei älteren Männern	Ausschaltung der Risikofaktoren
10 Varikosis	Überernährung	?	Gewichtsnormalisierung und Bewegung

¹⁾ Risikofaktoren, Preventive Medicine in der täglichen Praxis, Deutscher Ärzteverlag GmbH, 1980