

Kasten 16 Überblick über die gegenwärtig wichtigsten Ernährungsstörungen auf der Erde

Art der Ernährungsstörung	Ursachen	Konsequenzen	Risikogruppen
I) Unterernährung			
1. Protein-Energie Malnutrition (PEM)			
a) milde PEM	allg. Nahrungsmangel, Infektionen	geistige und körperliche Entwicklung gehemmt, häufiger krank	alle Entwicklungsländer, Vorschulkinder, ca. 500 Mio.
b) schwere PEM Marasmus	ernster Nahrungsmangel, Urbanisierung	hohe Sterblichkeit	Säuglinge, Slums, 15 Mio.
Kwashiorkor	ernster Eiweißmangel	hohe Sterblichkeit	Kleinkinder, ländl. Afrika, 1-5 Millio.
2. Vitamin A-Mangel Xerophthalmie		Blindheit	SO-Asien, Naher Osten, Anden-Staaten, 6 Mio. ca. 100.000 Blinde/Jahr
3. Eisen-Mangel Anämie		schnelleres Ermüden, geringe körperliche Leistungsfähigkeit	weltweit, vor allem Frauen; 10-20 % der Bevölkerung auch in Industriestaaten
4. Jodmangel	niedr. Gehalt im Boden, kropferzeug. Substanzen in Nahrung	Kropf	150-200 Mio. in Bergen Lateinamerikas, Asien, Mittl. Osten, Afrika, auch bei uns
5. Fluormangel	niedriger Gehalt im Boden	Zahnkaries	weltweit, regional, viele Millionen
6. Folsäuremangel		verändertes Blutbild	Schwangerschaft, verbreitet
7. Vitamin-D-Mangel Rachitis	Mangel an Sonnenlicht	Knochenveränderungen	Kinder, asiat. Städte, mehrere Tausend
8. Vitamin-B1-Mangel Beri-beri	geschälter Reis, Alkoholismus	Veränderungen von Nerven- und Herzfunktionen	Säuglinge, Erwachsene; Asien, Städte von Industrieländern, mehrere Tausend
9. Niacin-Mangel (Pellagra)	Mais, Alkoholismus	Veränderungen an Haut und Nerven	Erwachsene, Afrika, Naher Osten, Indien; relativ selten
10. Andere Nährstoff-Mängel, wie Vitamin C-Mangel (Skorbut) und Vitamin B12-Mangel sind nur sehr selten anzutreffen.			
II) Überernährung			
1. Fettleibigkeit Obesitas	Zu viel Nahrung zu wenig körperl. Aktivität	erhöhte Sterblichkeit	Industrie-Staaten, bis zu 50 % der Bevölkerung
2. Atherosklerose	Zu viel Fett, Zucker (?), zu wenig Rohfaser (?) Alkohol, Rauchen	Herzinfarkt	Industrie-Staaten, meist Männer über 30 Jahre viele Millionen
<small>(Quelle: Nach McLaren: Nutrition in the Community, J. Wiley, London, (1976) M.C. Latham: Strategies for the control of malnutrition and the influence of the nutritional sciences. Food and nutrition (FAO) 10 (1): 5-31 (1984))</small>			

Aus (OLT 094) Oltersdorf, U.: Zur Welternährungslage- die zwei Gesichter von Fehlernährung. aid-Verbraucherdienst, 30. Jg., Sonderdruck, erweiterte Neuauflage, (DIN A 4), Bonn, 1985, 101 S.