

RATGEBER

19.08.2015

Den Körper stärken, Tumore schwächen Die richtige Ernährung bei Krebs

Es gibt keine „Krebsdiät“, die Tumorerkrankungen heilen kann. Manche so beworbene Ernährungsprogramme sind sogar gefährlich, weil sie den Körper extrem schwächen. Dennoch kann die Nahrung eine wichtige Rolle spielen beim Kampf gegen den Krebs. Denn zum einen haben Tumore einen anderen Stoffwechsel als gesunde Zellen. Deshalb kann eine gezielte Ernährung dazu beitragen, sie in ihrem Wachstum zu hemmen. Zum anderen gilt es, einen angeschlagenen Körper auch unter schwierigen Umständen mit allem Nötigen zu versorgen und das Immunsystem aufrecht zu erhalten. Wie dies gelingt, zeigt der Ratgeber „Wie ernähre ich mich bei Krebs“ der Verbraucherzentrale NRW.

Auf 250 Seiten informiert das Buch leicht verständlich über die Hintergründe von Erkrankung und Therapie, die für die Ernährung wichtig sind. Dabei wird deutlich, wie Fette, Eiweiße, Kohlenhydrate, Vitamine und Co. mit dem Kampf gegen Krebs zusammenhängen. Die Leser erfahren zudem, wie die gezielte Speisenwahl dabei hilft, Begleiterscheinungen wie Übelkeit, Verdauungsprobleme und Gewichtsverlust zu lindern.

Der Ratgeber kostet 12,90 Euro und ist in der Beratungsstelle der Verbraucherzentrale NRW in Schwerte am Westwall 4 erhältlich.