

Literaturliste zum Beitrag:

Atemwegserkrankungen: Ernährung anpassen – besser atmen

Habicht S. *UGBforum* 2/26, S. 86-89

1. Lorenz J. Erkrankungen des Respirationstraktes. In: Ernährungsmedizin: Nach dem neuen Curriculum Ernährungsmedizin der Bundesärztekammer: Biesalski HK (Hrsg.). 4. Aufl. THIEME; Stuttgart 2010. <https://eref.thieme.de/ebooks/934983>.
2. Andel H, Werba A. Atemphysiologie und Beatmungstechnik. In: Atmen - Atemhilfen von Oczeni W (Hrsg.). 8th ed. Thieme; 2008.
3. WHO. The top 10 causes of death; 2021 [cited 2026 Feb 2]. www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/the-top-10-causes-of-death.
4. WIdO. Daten zur Erkrankung COPD in Deutschland. AOK Gesundheitsatlas Deutschland; 2023. www.gesundheitsatlas-deutschland.de/erkrankung/copd?activeValueType=prevalenceStd&activeLayerType=state.
5. Pezza M, Iermano C, Tufano R. Nutritional support for the patient with chronic obstructive pulmonary disease. *Monaldi Arch Chest Dis* 1994; 49(3 Suppl 1):33–9.
6. Schienkiewitz A, Kuhnert R, Blume M, Mensink GBM. Overweight and obesity among adults in Germany - Results from GEDA 2019/2020-EHIS. *J Health Monit* 2022 [cited 2026 Jan 31]; 7(3):21–8. Available from: URL: https://www.rki.de/EN/News/Publications/Journal-of-Health-Monitoring/GBEDownloads/JFactSheets_en/JHealthMonit_2022_03_Overweight_GEDA_2019_2020.pdf?__blob=publicationFile&v=2.
7. Fietze I, Laharnar N, Obst A, Ewert R, Felix SB, Garcia C et al. Prevalence and association analysis of obstructive sleep apnea with gender and age differences - Results of SHIP-Trend. *J Sleep Res* 2019; 28(5):e12770.
8. Robert Koch-Institut (RKI). Asthma: Prävalenz (ab 18 Jahre); 2024 [cited 2026 Jan 31]. Available: https://www.gbe.rki.de/DE/Themen/Gesundheitszustand/KoerperlicheErkrankungen/Atemwegserkrankungen/AsthmaPraevalenz/asthmaPraevalenz_node.html?darstellung=0&kennzahl=1&zeit=2019&geschlecht=0&standardisierung=0.

9. Parasuraman G, Ayyasamy L, Aune D, Sen A, Nagarajan R, Rajkumar P et al. The association between body mass index, abdominal fatness, and weight change and the risk of adult asthma: a systematic review and meta-analysis of cohort studies. *Sci Rep* 2023; 13(1):7745
10. Wey S. Asthma und COPD: Mit Mikronährstoffen zu Luft kommen; 2023 [cited 2026 Jan 23]. <https://natuerlich.thieme.de/spezialthemen/atemwegserkrankungen/detail/asthma-und-copd-mit-mikronaehrstoffen-zu-luft-kommen-882#vitc>.
11. Chen M, Sun Y, Wu Y. Lower circulating zinc and selenium levels are associated with an increased risk of asthma: evidence from a meta-analysis. *Public Health Nutr* 2020; 23(9):1555–62.
12. Ghalibaf MHE, Kianian F, Beigoli S, Behrouz S, Marefati N, Boskabady M et al. The effects of vitamin C on respiratory, allergic and immunological diseases: an experimental and clinical-based review. *Inflammopharmacology* 2023; 31(2):653–72.
13. Jolliffe DA, Greenberg L, Hooper RL, Griffiths CJ, Camargo CA, Kerley CP et al. Vitamin D supplementation to prevent asthma exacerbations: a systematic review and meta-analysis of individual participant data. *Lancet Respir Med* 2017; 5(11):881–90.
14. DGE. Fett, essenzielle Fettsäuren; 2026 [cited 2026 Feb 1]. Available from: URL: <https://www.dge.de/wissenschaft/referenzwerte/fett-essenzielle-fettsauren/>.