

Krebs – was Ernährung kann



162

Unser Lebensstil beeinflusst das Risiko an, Krebs zu erkranken. Übergewicht und Zuckerreiches wirken dabei ungünstig.

© pixel-shot/stock.adobe.com

186

Von der Kakaobohne bis zur Schokolade ist ein weiter Weg.



© balbaz, Nahrung/stock.adobe.com

4/23



190

Mit der richtigen Ernährung lassen sich Lebenszeit und die Jahre in Wohlbefinden verlängern.

© Goodluz/depositphotos.com

Für die Praxis

Ökologisch Leben	180
Rezepte	183
Saisontipp	
Walnuss: Kerniger Genuss	185
Warenkunde	
Schokolade: Von der Bohne zum Genuss	186
Tipps	
Essen retten und Geld sparen	188

Rubriken

Magazin	160
UGB intern	
Fachtag: Essberatung – Lust statt Frust	194
Weiterbildung I: Ernährungstherapie bei Magen- und Darmerkrankungen	195
Weiterbildung II: Frauengesundheit	195
Spendenbescheinigung für Mitglieder 2023	196
Rückblick/Ausblick 2023/2024	197
Wissenschaft aktuell	198
Leserfrage	
Semaglutid: Wie ist die Wunderspitze zum Abnehmen zu bewerten?	200
Bücher	201
Unter der Lupe	
Taurin: Aminosäure als Anti-Aging-Mittel?	202
Termine	204
Impressum	207

Fachbeiträge

Medizin

Krebsrisiko: Jeder kann handeln	162
Psychoonkologie: Hilfe für die Seele	169

Ernährung

Krebs: Was kann Ernährung?	166
Gut essen bei Krebs	172
Standpunkt: Praxisnahe Ernährungsinformationen für Krebspatient:innen	179

Bewegung

Bewegungstherapie in der Onkologie: Sport tut gut	176
---	-----

Physiologie

Gesundes Altern	190
Kurzfassungen der Fachbeiträge	181