

15/2011 | 26. Juli

Praxisorientierte, wissenschaftlich abgesicherte Informationen zur Kohlenhydratzufuhr

DGE veröffentlicht „Leitlinie Kohlenhydrate kompakt“

(dge) Wer viele Ballaststoffe und vor allem viele Vollkornprodukte verzehrt, hat ein verringertes Risiko für zahlreiche ernährungsmitbedingte Krankheiten. Wer häufig zuckergesüßte Getränke wie Limonaden und Eistee konsumiert, hat ein erhöhtes Adipositas- und Diabetesrisiko. Das sind zwei zentrale Ergebnisse der im Januar 2011 erschienenen evidenzbasierten Leitlinie zur Kohlenhydratzufuhr. Experten der Deutschen Gesellschaft für Ernährung e. V. (DGE) haben darin die verfügbare wissenschaftliche Fachliteratur zum Zusammenhang zwischen Menge und Qualität der Kohlenhydratzufuhr und dem Risiko für die Entstehung von ausgewählten ernährungsmitbedingten Krankheiten zusammengefasst. Die Ergebnisse sind wissenschaftlich begründete Ernährungsempfehlungen, mit deren Umsetzung in der Bevölkerung ernährungsmitbedingten Krankheiten vorgebeugt und die Gesundheit gefördert werden kann.

Die Broschüre „Leitlinie Kohlenhydrate kompakt“ dient als praxisorientierte Hilfestellung für Fachkräfte. Sie erläutert, mit welchem Ziel und nach welcher Vorgehensweise die Leitlinie erarbeitet wurde. Die Zusammenhänge zwischen Kohlenhydratzufuhr und der Entstehung von Adipositas, Diabetes mellitus Typ 2, Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck, Metabolischem Syndrom, koronare Herzkrankheit sowie Krebs werden in einzelnen Kapiteln erklärt. Tipps zur praktischen Umsetzung ergänzen die aus den Ergebnissen abgeleiteten Ernährungsempfehlungen zur Kohlenhydratzufuhr ebenso wie ein Verzeichnis mit den wichtigsten Fachbegriffen. Die 52-seitige Broschüre mit dem Titel „Leitlinie Kohlenhydrate kompakt“ ist unter der Artikel-Nr. 130061 zum Preis von 4,80 EUR zzgl. Versandkosten beim DGE-MedienService, Tel. 0228 909 2626, Fax: 0228 909 2610 oder www.dge-medien-service.de erhältlich.

Die DGE verfolgt das Ziel, die Gesundheit in der Bevölkerung zu fördern und damit federführend zur Primärprävention (Vorbeugung) ernährungsmitbedingter Krankheiten beizutragen. Mit diesem Bestreben gibt die DGE Leitlinien heraus, die den Stand des Wissens wiedergeben, ob und in welcher Weise ein Ernährungsfaktor das Krankheitsrisiko beeinflussen kann. Die evidenzbasierte Leitlinie „Kohlenhydratzufuhr und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten“ ist nach der im Jahr 2006 veröffentlichten Leitlinie zum Fettkonsum die zweite DGE-Leitlinie dieser Art. Die Leitlinien der DGE sind in ihrer ausführlichen wissenschaftlichen Fassung im Internet frei zugänglich unter www.dge.de/leitlinie.

Herausgeber:

**Deutsche Gesellschaft
für Ernährung e.V. (DGE)**Godesberger Allee 18
53175 Bonn

Tel.: 0228 3776-600

Fax: 0228 3776-800

E-Mail: webmaster@dge.de
Internet: www.dge.deNachdruck honorarfrei,
Quellenangabe (DGE)
erwünscht.

Belegexemplar erbeten.

Ausgangspunkt der Leitlinie zur Kohlenhydratzufuhr war die Schlüsselfrage: „Wie sind die Beziehungen zwischen Menge und Qualität von Kohlenhydraten in der Ernährung und der Entstehung von ernährungsmitbedingten Krankheiten zu bewerten und wie lauten die sich daraus ergebenden praxisnahen Empfehlungen zur primären Prävention?“ Aufgrund ihrer präventivmedizinischen und klinischen Bedeutung wurden Adipositas, Diabetes mellitus Typ 2, Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck, Metabolisches Syndrom, koronare Herzkrankheit und Krebskrankheiten untersucht. Anhand einer systematischen Recherche und Auswertung der wissenschaftlichen Literatur und einer kritischen Beurteilung der Ergebnisse wurde der präventive Effekt abgeleitet und die Evidenz bewertet.

Mit der Zielsetzung der Primärprävention von Krankheiten unterscheidet sich die DGE-Leitlinie Kohlenhydrate von den durch medizinische Fachgesellschaften erstellten Leitlinien. Letztere sind überwiegend therapeutisch ausgerichtet (Sekundärprävention) und beschränken sich auf eine einzelne Krankheit. Für die ernährungsmedizinische Behandlung von Risikopersonen bzw. von Patienten mit der jeweiligen Krankheit wird daher auf die existierenden Therapie-Leitlinien verwiesen, in denen die Behandlung dieser Krankheiten nach Evidenzkriterien dargestellt ist. Die vorhandenen Therapie-Leitlinien in der Medizin sind entweder über die jeweilige Fachgesellschaft oder zusammengefasst über die Website der Arbeitsgemeinschaft der Medizinisch-Wissenschaftlichen Fachgesellschaften (AWMF; <http://awmf.org>) zugänglich.

4 192 Zeichen (mit Leerzeichen)

Kontakt

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V.
Referat Öffentlichkeitsarbeit, Antje Gahl
Tel.: 0228 3776-630 | Fax: 0228 3776-800 | E-Mail: gahl@dge.de
DGE-Presseinfos im Internet: www.dge.de