

11/2015 | 30. Juni

## Neuaufgabe Leitlinie Fett kompakt der DGE

### Fettqualität und -menge entscheidend für Prävention

(dge) Die „Leitlinie Fett kompakt“ bietet einen schnellen und informativen Überblick zu den wichtigsten Aussagen der im Januar aktualisierten evidenzbasierten DGE-Leitlinie „Fettzufuhr und Prävention ausgewählter ernährungsmitbedingter Krankheiten“. Für die Prävention spielen sowohl die Qualität als auch die Quantität des verzehrten Fetts eine entscheidende Rolle.

Die neu aufgelegte Broschüre umfasst insgesamt 7 Kapitel, die u.a. das methodische Vorgehen, die zusammengefasste Evidenzlage und Tipps für die Praxis vorstellen. Die Bedeutung von Art und Menge der Fettzufuhr im Hinblick auf die Prävention von Adipositas und die ernährungsmitbedingten Krankheiten Diabetes mellitus Typ 2, Fettstoffwechselstörungen, Bluthochdruck, Metabolisches Syndrom, Koronare Herzkrankheit, Schlaganfall und Krebskrankheiten stellt Kapitel 4 dar. Ein beispielhafter Tagesspeisenplan verdeutlicht praxisnah, wie bei den Mahlzeiten die Zufuhr mehrfach ungesättigter Fettsäuren erhöht und gesättigte Fettsäuren eingespart werden können. Das Glossar im Anhang erläutert die wichtigsten Fachbegriffe. Die Kurzversion „Leitlinie Fett kompakt“ ist als Hilfestellung für die Praxis gedacht und für Beratungskräfte sowie für Interessierte aus Medien geeignet.

Die 52-seitige Broschüre „Leitlinie Fett kompakt“ mit Informationen zu praxisnahen Empfehlungen für die Primärprävention ist unter der Artikel-Nr. 130060 (ISBN 978-3-88749-213-3) zum Preis von 4,80 EUR zzgl. Versandkosten beim DGE-MedienService, [www.dge-medien-service.de](http://www.dge-medien-service.de), Tel.: 0228 9092626, Fax: 0228 9092610, E-Mail: [info@dge-medien-service.de](mailto:info@dge-medien-service.de) erhältlich.

Weitere praxisrelevante Fragen zur aktuellen Leitlinie sind auch in einem FAQ-Papier zusammengestellt unter [www.dge.de](http://www.dge.de), Rubrik Wissenschaft/ Weitere Publikationen, FAQs.

Die ausführliche Originalfassung der evidenzbasierten Leitlinie ist in einzelnen Kapiteln oder als Gesamtdokument unter [www.dge.de](http://www.dge.de), Rubrik Wissenschaft/ Leitlinien, Leitlinie Fett abrufbar.

2 032 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](mailto:gahl@dge.de)  
DGE-Pressinfos im Internet: [www.dge.de](http://www.dge.de)



Eine druckfähige Abbildung erhalten Sie unter:  
<https://www.dge.de/presse/pm/neuaufgabe-leitlinie-fett-kompakt-der-dge/>

#### Bitte beachten:

Die DGE versendet ab dem 1. August 2015 ihre Presseinformationen nur noch per E-Mail. Bitte teilen Sie uns Ihre aktuelle E-Mail-Adresse an [beck@dge.de](mailto:beck@dge.de) mit.

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](mailto:webmaster@dge.de)  
Internet: [www.dge.de](http://www.dge.de)

Nachdruck honorarfrei,  
Quellenangabe (DGE)  
erwünscht.  
Belegexemplar erbeten.