

4/10 Ernährungsberatung

4/10.1 Ernährungsberatung in der Praxis des niedergelassenen Arztes

4/10.2 Die Ernährungsberatung des Stoffwechselgesunden (präventive Ernährungsberatung) als Erst-Schritt-Beratung mit Hilfe der Halb-Pfund-Regel

4/10.2.1 Ernährungsverhalten in der Bundesrepublik Deutschland

4/10.2.2 Ernährungsempfehlungen für Gesunde

4/10.2.3 Beratungsunterlagen für eine gesunde Ernährung

4/10.3 Die Ernährungsberatung des Stoffwechselkranken (therapeutische Ernährungsberatung) als Erst-Schritt-Beratung mit Hilfe der Halb-Pfund-Regel

4/10.3.1 Rationelle Ernährungstherapie nach dem Rationalisierungsschema der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM) 1994

4/10.3.2 Halb-Pfund-Regel für die Erst-Schritt-Beratung des Stoffwechselkranken in der Praxis – Einführung

4/10.3.3 Therapiepläne nach der Halb-Pfund-Regel – Reduktionskost

4/10.3.4 Therapiepläne nach der Halb-Pfund-Regel – blutdrucksenkende Kost

4/10.3.5 Therapiepläne nach der Halb-Pfund-Regel – Diabeteskost

4/10.3.6 Therapiepläne nach der Halb-Pfund-Regel – lipidsenkende Kost

4/10.3.7 Therapiepläne nach der Halb-Pfund-Regel – harnsäuresenkende Kost

4/10.3.8 Therapiepläne nach der Halb-Pfund-Regel – metabolisches Syndrom

4/10.3.9 Therapiepläne nach der Halb-Pfund-Regel – leichte Vollkost

4/10.3.10 Literatur

4/10.4 Nützliche Hilfen für die praktische Ernährungsberatung

4/10.4.1 Arbeitsblatt Halb-Pfund-Regel (Leerschema)

4/10.4.2 Anleitung zur Erhebung einer Ernährungsgeschichte mit Fragebogen

4/10.4.3 Anleitung zur Erhebung eines Ernährungsprotokolls

4/10.4.4 Nährstoffgehalt von Getränken (Auswahl)