

## NEWSLETTER – März 2008

Deutsche Gesellschaft für Ernährungsmedizin e.V.



Liebe Leserinnen und Leser,

in der monatlichen Information der DGEM e.V. geht es im März 2008 um folgende Themen:

- + **Übergewicht und Adipositas erhöhen das Krebsrisiko**  
Empfehlungen des Weltkrebsforschungsfonds (WCRF) geben Hilfestellung
- + **Krebskongress 2008 Berlin: Gewichtskontrolle ein Muss in der Krebstherapie**  
Guter Ernährungszustand entscheidet über Genesungschance und Lebensqualität
- + **Mit MEMORI gegen Übergewicht**  
Bundesministerium fördert Projekt für Kinder am Klinikum der Universität München
- + **„Die Kräfte bündeln“ – ernährung 2008 in Hamburg**  
Ernährungsmediziner dreier Länder laden zu 7. gemeinsamer Tagung
- + **Vorsicht beim Auspusten von Ostereiern**  
Richtiger Umgang mit rohen Eiern hilft, Salmonellen-Infektionen zu vermeiden
- + **Bundeskongress „Demografischer Wandel und Lebensqualität – Kompetenz in Ernährung“**  
2. gemeinsamer Bundeskongress mehrerer Ernährungsverbände 25./26.4.2008
- + **Veranstaltungen**

---

### Übergewicht und Adipositas erhöhen das Krebsrisiko

Empfehlungen des Weltkrebsforschungsfonds (WCRF) geben Hilfestellung

Im Jahr 2004 sind in Deutschland 436.500 Menschen an Krebs erkrankt, 208.824 starben an ihrer Erkrankung. Es wird angenommen, dass ungefähr ein Drittel aller Krebsfälle im Zusammenhang mit der Ernährung steht. Dabei sind Krebsrisiko und Körpergewicht eng miteinander verknüpft. Das hat eine Studie des Institutes für Sozial- und Präventivmedizin der Universität Bern (ISPM), die jetzt im „The Lancet“ veröffentlicht wurde, erneut bestätigt. Übergewicht und Adipositas erhöhen demnach nicht nur das Risiko für verschiedene Krebsarten, sondern es bestehen auch Unterschiede zwischen Frauen und Männern. Das Risiko, an bestimmten Krebsarten zu erkranken, ist bei übergewichtigen Menschen größer als bei Normalgewichtigen. So ergab ein Anstieg des Body Mass Index (BMI: Normbereich zwischen 18,5 - 25 kg/m<sup>2</sup>) um fünf kg/m<sup>2</sup>, was einem

Herausgeber:  
DGEM e.V.  
Präsident Prof. Dr.  
Georg Kreymann  
Olivaer Platz 7  
10707 Berlin  
infostelle@dgem.de  
Tel. 030/3198 31 5006  
Fax 030/3198 31 5008  
www.dgem.de  
© 2008 DGEM e.V.

Abdruck honorarfrei  
Belegexemplar erbeten

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an  
dgem-news@dgem.de



Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**

**März 2008**

**Seite 2**

Anstieg des Körpergewichtes bei Männern um 15 und bei Frauen um 13 Kilogramm entsprach, bei Männern eine sehr enge Assoziation mit dem Auftreten von Speiseröhren-, Schilddrüsen-, Dickdarm- und Nierenkrebs. Bei Frauen mit Gebärmutter-, Gallenblasen-, Speiseröhren- und Nierenkrebs. Eine weichere Assoziation fand sich bei Männern mit dem Auftreten von Enddarmkrebs und schwarzem Hautkrebs (malignes Melanom), bei Frauen mit dem Auftreten eines postmenopausalen Brustkrebses sowie Dickdarm-, Bauchspeicheldrüsen- und Schilddrüsenkrebs und bei beiden Geschlechtern mit Leukämien, multiplem Myelom und Non-Hodgkin-Lymphomen. In Asien haben übergewichtige Frauen - im Vergleich zu Frauen in Europa oder Nordamerika - ein besonders stark erhöhtes Brustkrebsrisiko vor und nach der Menopause.

Die Gründe für das Auftreten der Tumore und die unterschiedlichen Risiken sind nicht endgültig geklärt. „Seit langem ist der Zusammenhang zwischen Übergewicht, Adipositas und bestimmten Krebserkrankungen deutlich,“ sagt Dr. Gudrun Zürcher, ehemalige Leiterin der Sektion Ernährungsmedizin und Diätetik am Universitätsklinikum Freiburg. Die Weltkrebsforschungsorganisation (WCRF) hat erstmals 1997 Empfehlungen ausgesprochen, wie man durch Ernährung das Risiko mindern kann, an Krebs und anderen chronischen Krankheiten zu erkranken. Ende November 2007 ist nun ein zweiter Bericht der Weltkrebsforschungsorganisation veröffentlicht worden. Danach könnten Änderungen in der Ernährung und Lebensweise weltweit drei bis vier Millionen Krebserkrankungen verhindern. Die Studie des ISPM stützt und erweitert mit ihren Befunden die Aussagen des Berichts der Weltkrebsforschungsorganisation ("Food, Nutrition, Physical Activity and the Prevention of Cancer: a Global Perspective", [www.dietandcancerreport.org](http://www.dietandcancerreport.org)).

### **Die Empfehlungen des WCRF**

Die internationale Weltkrebsforschungsorganisation (WCRF) hat acht Empfehlungen und zwei spezielle Empfehlungen zur Minderung des Krebsrisikos erarbeitet. Danach sollte jeder Erwachsene einen Body Mass Index (BMI) zwischen 21 und 23 halten. Vor allem im Erwachsenenalter sollten Körpergewicht und Bauchumfang konstant im gesunden Bereich bleiben. Als Ziel gilt weltweit: Der Anteil Übergewichtiger oder adipöser Menschen an der Bevölkerung sollte in-

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**

**März 2008**

**Seite 3**

nerhalb der nächsten zehn Jahre verringert werden. Körperliche Bewegung sollte mehr in den Alltag integriert werden. Laut WCRF ist das Ziel: Jeder Mensch sollte mindestens eine Stunde pro Tag moderate oder mindestens 30 Minuten pro Tag intensive körperliche Aktivitäten durchführen.

"Energiedichte" Kost sollte weniger verzehrt werden. Der Richtwert für zu empfehlende Lebensmittel ist dabei ein Energiewert von 125 Kilokalorien pro 100 Gramm. Häufig werden Lebensmittel mit mehr als 225 Kilokalorien pro 100 Gramm bevorzugt verzehrt. Auch zuckerhaltige Getränke und Fast Food sollten, wenn überhaupt, nur in geringen Mengen konsumiert werden. Pflanzliche Lebensmittel stehen im Mittelpunkt einer optimalen, gesunden Ernährung. 400 Gramm pro Person und Tag ist dabei das anzustrebende Ziel. Das bedeutet fünf Portionen bevorzugt nicht stärkehaltiges Gemüse und Obst pro Tag zu essen. Beispiele sind grüne Gemüse, Blattgemüse, Broccoli, Aubergine, Chinakohl, Karotten, Sellerie, Tomaten und Knoblauch. Auch sollten mehr unverarbeitetes Getreide und Hülsenfrüchte im Speiseplan stehen. Eine umfassende Betrachtung der Daten zeigt, dass die meisten Kostformen, die gegen Krebserkrankungen schützen, überwiegend aus pflanzlicher Nahrung bestehen. Der höhere Verzehr von verschiedenen pflanzlichen Lebensmitteln schützt gegen bestimmte Krebserkrankungen. Da diese typischerweise eine niedrige Energiedichte aufweisen, schützen sie auch gegen eine Gewichtszunahme.

### **Weniger Fleisch und Salz – keine Nahrungsergänzungsmittel**

Personen, die regelmäßig Fleisch essen, sollten nicht mehr als 500 Gramm pro Woche verzehren. Davon sollte wenig, wenn überhaupt, verarbeitet sein. Wurst und industriell hergestellte Fleischwaren würden damit größtenteils vom Speiseplan verschwinden. Auch sollte nach den Empfehlungen des WCRF weniger Salz (für Erwachsene nicht mehr als fünf Gramm pro Tag) und kein verschimmeltetes Getreide bzw. Hülsenfrüchte (Gefahr durch Aflatoxine, kann Leberkrebs verursachen) gegessen werden. Das bedeutet in der Praxis: Vermeiden Sie gepökelte, gesalzene oder salzige Lebensmittel. Vielfach versteckt sich Salz in industriell verarbeiteten Lebensmitteln oder Fertiggerichten. Zuviel Salz kann die Ursache für Magenkrebs sein.

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**

**März 2008**

**Seite 4**

Der Nährstoffbedarf sollte ausschließlich durch Lebensmittel gedeckt werden. Nahrungsergänzungsmittel werden zur Vorbeugung von Krebserkrankungen nicht empfohlen. Diese Empfehlung bezieht sich auf die Krebsprävention, nicht jedoch auf die Prävention von spezifischen Formen eines Nährstoffmangels, den es in verschiedenen Regionen der Welt oder bei Krankheit gibt und dem mit Supplementen erfolgreich begegnet werden kann. Menschen, die an Krebs erkrankt sind, sollten von ausgebildeten Ernährungsfachkräften betreut werden.

Weitere Informationen

Dr. med. Gudrun Zürcher

Medizinische Universitätsklinik

Abteilung Innere Medizin I Schwerpunkt Hämatologie / Onkologie

Sektion Ernährungsmedizin und Diätetik

Hugstetterstrasse 55, 79106 Freiburg

Mail: e-mail: [gudrun.zuercher@uniklinik-freiburg.de](mailto:gudrun.zuercher@uniklinik-freiburg.de)

Quellenangabe ISPM-Studie: Andrew G. Renehan, Margaret Tyson, Matthias Egger, Richard F. Heller, Marcel Zwahlen: Body Mass Index and incidence of cancer: a systematic review and metaanalysis of prospective observational studies. Lancet 2008;371:569-78

---

## **Krebskongress 2008 Berlin: Gewichtskontrolle ein Muss in der Krebstherapie**

Guter Ernährungszustand entscheidet über Genesungschance und Lebensqualität

Alle Krebspatienten sollten regelmäßig gewogen werden, denn ein guter Ernährungszustand ist entscheidend für Genesungschance und Lebensqualität. Dies ist das Ergebnis des Symposiums „Ungewollter Gewichtsverlust – Praktische Ernährungstherapie in der Onkologie“, das vom Bundesverband der Hersteller von Lebensmitteln für besondere Ernährungszwecke e. V. während des 28. Deutschen Krebskongresses in Berlin veranstaltet wurde.

Ungewollter Gewichtsverlust ist eine der häufigsten Komplikationen einer Krebserkrankung. Der Körper eines Patienten benötigt einerseits mehr Energie, andererseits verhindern die Nebenwirkungen seiner Behandlung oft eine ausreichende Nahrungsaufnahme. Die Folge: Das Immunsystem wird geschwächt, die Komplikationsrate steigt, die Lebensqualität und Überlebensdauer der Betroffenen sinkt. Der Patient gerät in einen Teufelskreis. Fachleute schätzen, dass rund 20 Prozent aller Krebskranken an Unterernährung sterben, nicht an

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**

**März 2008**

**Seite 5**

der Ursprungserkrankung selbst. Ungewollter Gewichtsverlust hat nicht nur gesundheitliche Bedeutung, sondern auch eine wirtschaftliche Dimension. Dies machte eine Studie deutlich, die der Ökonom Klaus W. Uedelhofen beim Symposium präsentierte. Darin werden die durch Mangelernährung verursachten zusätzlichen Kosten von gesetzlicher Kranken- und Pflegeversicherung eines Jahres mit neun Milliarden Euro beziffert.

Dem oft schleichend einsetzenden Gewichtsverlust werde jedoch von vielen Ärzten nicht die nötige Aufmerksamkeit geschenkt, beklagten Teilnehmer des Symposiums. Die Leitung der Veranstaltung hatten Prof. Dr. Hans Konrad Bialsaki, Institut für Biologische Chemie und Ernährungswissenschaft an der Universität Hohenheim sowie Sprecher des Arbeitskreises „Krebs und Ernährung“ der Deutschen Krebsgesellschaft, und Dr. Jochen Heymanns, zweiter Vorsitzender des Bundesverbands der niedergelassenen Hämatologen und Onkologen, übernommen.

Bereits bei der Diagnose Krebs sollte das Gewicht der Patienten erfasst sowie anschließend regelmäßig und systematisch dokumentiert werden. Für Patienten und ihre Angehörigen hat der Bundesverband der Hersteller von Lebensmitteln für besondere Ernährungszwecke e. V. dazu eine Gewichtskarte erarbeitet, mit der der persönliche Gewichtsverlauf kontrolliert werden kann. Ärzte erhalten über ein Computerprogramm die Möglichkeit, die Messwerte ihrer Patienten in ein Langzeitprotokoll zu übernehmen und grafisch auszuwerten. Beides kann kostenlos aus dem Internet herunter geladen werden ([www.diätverband.de](http://www.diätverband.de)).

Verlieren die Patienten binnen dreier Monate mehr als fünf Prozent an Körpergewicht, müssten die Ärzte handeln, waren sich die Mediziner einig. Die Art der Intervention sei vom Ernährungszustand abhängig. Oft reiche schon ausgewogene Kost aus, die gegebenenfalls angereichert werden könne. In gravierenden Fällen blieben den Ärzten als letzte Optionen enterale und parenterale künstliche Ernährung.

**Weitere Informationen:**

Bundesverband Hersteller von Lebensmitteln für besondere Ernährungszwecke e. V.  
Godesberger Allee 142 –148, 53175 Bonn  
Telefon: 0228-30851-0, [www.diätverband.de](http://www.diätverband.de)

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

## Mit MEMORI gegen Übergewicht

Bundesministerium fördert Projekt für Kinder am Klinikum der Uni München

Die Nationale Verzehrsstudie hat eine starke Zunahme des Übergewichts und der krankhaften Fettsucht bei Erwachsenen in Deutschland gezeigt. Besonders betroffen sind Menschen mit niedrigem Sozialstatus und geringem Einkommen. Übergewicht stellt ein wachsendes Gesundheitsproblem dar. Betroffene tragen hohe Krankheitsrisiken (Diabetes, Herz-Kreislauf-Erkrankungen, einige Krebsarten, Gelenkschäden, Leberschäden u.v.a.m.), Krankenversicherungen und die Gesellschaft insgesamt haben mit immensen Folgekosten zu kämpfen. Die Grundlagen für die Entstehung des Übergewichts werden im Kindesalter gelegt. Am Klinikum der Universität München (LMU) durchgeführte Untersuchungen zeigen, dass die Häufigkeit des Übergewichts und der krankhaften Fettsucht schon bei fünf- bis sechsjährigen Kindern in den letzten 20 Jahren stark angestiegen ist. Um Übergewicht effektiv bekämpfen zu können, ist eine weitere Erforschung der schon im Kindesalter zugrundeliegenden Ursachen dringend notwendig. Das Bundesministerium für Bildung und Forschung hat jetzt im Rahmen des Nationalen Kompetenznetzwerks Adipositas einen von Prof. Berthold Koletzko, Dr. von Haunersches Kinderspital am Klinikum der LMU koordinierten Forschungsverbund zu modifizierbaren frühen Risikofaktoren für Übergewicht (MEMORI: Multidisciplinary Early Modification of Obesity Risk) mit 860.000 Euro gefördert.

Mit dem Projekt sollen die wissenschaftlichen Grundlagen für eine effektive und frühe Adipositasprävention gestärkt werden. Ein multidisziplinärer Forschungsverbund untersucht die Risikofaktoren für die Entstehung von kindlichem Übergewicht und die auftretenden Folgekosten der Erkrankung. Die Wirkungen eines Interventionsprojektes in Kindergärten werden in 500 Einrichtungen geprüft. Mit modernen Methoden werden die frühen Stoffwechselfolgen von kindlichem Übergewicht untersucht. Der Einsatz neuer Sensormethoden soll die körperliche Aktivität von Kindern besser erfassen und spielerisch die körperliche Aktivität fördern. MEMORI ist aus der Kooperation von Partnern des Münchener Zentrums für Gesundheitswissenschaften (MC-Health) hervorgegangen, einer Innovationsinitiative der Ludwig-Maximilians Universität München.

**NEWSLETTER**

**März 2008**

**Seite 6**

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**

**März 2008**

**Seite 7**

Ansprechpartner:

Prof. Dr. Berthold Koletzko  
Kinderklinik und Kinderpoliklinik im Dr. von Haunerschen Kinderspital,  
Lindwurmstraße 4  
Tel: 089/5160-3967  
e-mail: [Berthold.Koletzko@med.uni-muenchen.de](mailto:Berthold.Koletzko@med.uni-muenchen.de)

---

### **„Die Kräfte bündeln“ – ernährung 2008 in Hamburg**

Ernährungsmediziner dreier Länder laden zu 7. gemeinsamen Tagung ein

Vom 12. bis 14. Juni 2008 findet in Hamburg die 7. Dreiländertagung „ernährung 2008“ der Deutschen Gesellschaft für Ernährungsmedizin (DGEM), der Gesellschaft für klinische Ernährung der Schweiz (GESKES) und der Arbeitsgemeinschaft Klinische Ernährung (AKE) Österreich statt. Die Tagung wendet sich an Ärzte, Gesundheits- und Ernährungswissenschaftler, Diätologen, Apotheker und Pflegepersonen. Unter dem Motto „Die Kräfte bündeln“ wollen die drei ernährungsmedizinischen Gesellschaften, die gemeinsam Veranstalter dieses Kongresses sind, Kräfte wieder vereinen und so die Anliegen der Ernährungsmedizin mit mehr Gewicht zum Ausdruck bringen. Es gibt unter anderem gemeinsame Sitzungen mit der Adipositas Gesellschaft, der chirurgischen Arbeitsgemeinschaft Adipositas therapie, der Diabetes Gesellschaft, der Lipidliga, der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE) und Krankenhausapothekern. Daraus sollen sich breiter Dialog und zukunftsweisende Gespräche ergeben.

Ein weiteres Anliegen dieses Kongresses ist es, die europäische Dimension der Ernährungsmedizin zu betonen. Aus diesem Grund findet am Samstag erstmals während einer Dreiländertagung ein ESPEN life-long-learning Kurs statt. Das ESPEN LLL-Programm stellt die Grundlage zur Erlangung des Europäischen Diploms in Ernährungsmedizin dar und beinhaltet einzelne Module mit Online- und Life-Kursen. Es steht nur eine begrenzte Anzahl von Plätzen für diesen Kurs zur Verfügung. Interessierte werden daher gebeten sich frühzeitig anzumelden. Weitere Informationen unter <http://www.dgem.de/veranst.htm>

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**

**März 2008**

**Seite 8**

## **Vorsicht beim Auspusten von Ostereiern**

Richtiger Umgang mit rohen Eiern hilft, Salmonellen-Infektionen zu vermeiden

Zur Osterzeit werden in vielen Familien, Schulen und Kindergärten rohe Eier ausgepustet und bemalt. Dabei ist Vorsicht geboten: Auf den Eiern können Salmonellen und andere Keime vorkommen, und insbesondere Kinder können sich damit infizieren. Eier dienen zu Ostern nicht nur der Dekoration, sondern werden vor allem auch gegessen. Hart gekochte Eier sind besonders beliebt und - im Hinblick auf Salmonellen - auch sicher. Denn Keime überleben die Temperaturen, die beim Kochen erreicht werden, nicht. Doch unbegrenzt haltbar sind auch hart gekochte Eier nicht. Das Bundesinstitut für Risikobewertung (BfR) nimmt das bevorstehende Osterfest zum Anlass, auf ein paar einfache Hygieneregeln beim Umgang mit Eiern hinzuweisen. Weitere Informationen unter <http://www.bfr.bund.de/cd/10820>

Jährlich werden in Deutschland mehr als 50.000 Salmonelleninfektionen gemeldet, die Dunkelziffer ist um ein Vielfaches höher. Grund für die Infektionen ist immer mangelnde Hygiene, auch in der heimischen Küche. Salmonelleninfektionen - auch Salmonellosen genannt - sind in erster Linie unangenehme Durchfallerkrankungen, häufig gehen sie mit Erbrechen und Kopfschmerzen einher. Da Kinder unter fünf Jahren besonders empfindlich sind, können Salmonellosen bei ihnen, ebenso wie bei älteren und kranken Menschen, aber auch schwerer verlaufen, in Einzelfällen sogar tödlich.

Neben rohem Geflügelfleisch sind rohe Eier eine der Hauptquellen für Salmonellen. Bei Untersuchungen im Rahmen des Salmonellen-Monitorings von Legehennen im Jahr 2005 wurden Salmonellen in 29 Prozent der in Deutschland untersuchten Herden nachgewiesen. Im selben Jahr waren bei Routineuntersuchungen rund 0,5 Prozent der untersuchten Eier Salmonella-positiv. Die Keime können auf der Schale sein, seltener auch im Eigelb. Kinder sollten deshalb nach Möglichkeit überhaupt nicht mit rohem Ei in Kontakt kommen, vor allem sollten sie keine Eier mit dem Mund auspusten, um eine Salmonelleninfektion zu verhindern. Auf den beliebten vorösterlichen Brauch muss trotzdem niemand verzichten: Mit einem dünnen Strohhalm, einer Einwegspritze mit Kanüle oder einem speziellem Blasebalg lassen sich die Eier ebenso gut ausblasen und

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)





Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**

**März 2008**

**Seite 9**

spülen. Und wer auch noch die folgenden Tipps beachtet, schließt eine Magen-Darm-Infektion ziemlich sicher aus:

- Nur saubere, frische Eier ausblasen und bemalen
- Eier vorsichtig anbohren und die verwendeten Werkzeuge gründlich reinigen
- Die ausgeblasenen Eier vor dem Verzieren außen und innen mit lauwarmem Wasser und wenig Spülmittel gründlich reinigen und mit Küchenpapier sorgfältig trocken tupfen
- Verspritztes Eiweiß oder Eigelb mit Küchenpapier entfernen und Arbeitsflächen gründlich reinigen
- Hände nach dem Auspusten und Verzieren von rohen Eiern gründlich mit warmem Wasser und Seife waschen und gut abtrocknen

Wer auf Nummer sicher gehen will, kann hart gekochte Eier oder solche aus Holz, Styropor, oder Kunststoff bemalen. Verbraucher, die Eier kochen und färben, um sie zur Osterzeit zu essen, sollten darauf achten, dass die Schale nicht beschädigt ist: Diese Eier verderben schneller, weil Keime über die Schalenrisse in das Ei-Innere eindringen und sich dort vermehren können. Aus dem gleichen Grund sollen Eier nach dem Kochen nicht mit kaltem Wasser abgeschreckt werden. Hart gekochte Eier sollten immer kühl, trocken und sauber aufbewahrt werden. Anders als selbst gekochte Eier sind bereits gekochte und gefärbte Eier aus dem Handel über mehrere Wochen bei Raumtemperatur haltbar, sofern die Schale nicht beschädigt ist. Diese Eier werden nach dem Färben mit einem Schutzlack behandelt, der das Eindringen von Keimen verhindern soll. Sie sollten trotzdem nach dem Kauf im Kühlschrank aufbewahrt werden.

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

---

## **Bundeskongress „Demografischer Wandel und Lebensqualität – Kompetenz in Ernährung“**

2. gemeinsamer Bundeskongress mehrerer Ernährungsverbände am 25./26. April in Wolfsburg

Am 25. und 26. April 2008 findet der zweite gemeinsame Bundeskongress des Bundesverbandes Deutscher Ernährungsmediziner e.V. (BDEM), des Verbandes der Diätassistenten – Deutscher Bundesverband e.V. (VDD) und des Ver-

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)



Gesellschaft für  
Ernährungsmedizin e.V.

**NEWSLETTER**

**März 2008**

**Seite 10**

bandes der Oecotrophologen e.V. (VDOE) im CongressPark in Wolfsburg statt. Unter dem Motto „Demografischer Wandel und Lebensqualität – Kompetenz in Ernährung“ setzen rund 30 Vorträge und Symposien ihre Schwerpunkte auf die Veränderung der Alters- und Familienstruktur und deren Auswirkungen auf die Anforderungen und Erwartungen an die drei Berufsgruppen. Aktuelle ernährungsmedizinische Fragestellungen ergänzen das Kongressthema. Es werden rund 1.500 Ernährungsfachkräfte und -mediziner erwartet. Aktuelle Vorträge zu Diagnostik, Therapie und spezieller Diätetik bei Nierenerkrankungen, Lebensmittelallergien, Darmerkrankungen und Diabetes mellitus sind Beispiele für die Vielfalt des Kongresses. Weitere Informationen auch unter <http://www.bdem.de/tagungen/2-bundeskongress-2008.pdf>

Weitere Informationen sind erhältlich bei den drei Berufsverbänden:  
Bundesverband Deutscher Ernährungsmediziner e.V. (BDEM)  
Reichsgrafenstraße 11, 79102 Freiburg  
Tel.: 0761 7040214  
E-Mail: [info@bdem.de](mailto:info@bdem.de)  
Internet: [www.bdem.de](http://www.bdem.de)

Verband der Diätassistenten – Deutscher Bundesverband e.V. (VDD)  
Susannastraße 13, 45136 Essen  
Tel: 0201 94685370  
E-Mail: [vdd@vdd.de](mailto:vdd@vdd.de)  
Internet: [www.vdd.de](http://www.vdd.de)

Verband der Oecotrophologen e.V. (VDOE)  
Reuterstraße 161, 53113 Bonn  
Tel.: 0228 28922-0  
E-Mail: [vdoe@vdoe.de](mailto:vdoe@vdoe.de)  
Internet: [www.vdoe.de](http://www.vdoe.de)

Informationen zu weiteren Veranstaltungen finden Sie unter [www.dgem.de/veranst.htm](http://www.dgem.de/veranst.htm)

Abdruck honorarfrei.  
Belegexemplar erbeten.

Wenn Sie den Newsletter digital abonnieren oder abbestellen wollen, senden Sie bitte eine Info an [dgem-news@dgem.de](mailto:dgem-news@dgem.de)