



Ute Nübel

Diät- und Ernährungsberatung
Ernährungstherapie

DIÄTASSISTENTIN – FACHBERATUNG

GASTROENTEROLOGIE – ALLERGOLOGIE - NEPHROLOGIE - ONKOLOGIE

Wir sind Fettstoffwechselexperten im Fettstoffwechsel-Netzwerk

Unter der Leitung von Prof. Dr. Werner O. Richter beschäftigen wir uns seit einigen Jahren intensiv mit der Therapie von Fettstoffwechselstörungen. Dipl.oec.troph. Beate Sacher hat für den Bereich Halle/Saale einen Qualitätszirkel ins Leben gerufen, indem sich Ernährungstherapeuten und Ärzte zu diesem umfangreichen Thema informieren, fortbilden und austauschen können. Hierdurch garantieren wir eine fachlich kompetente, den aktuellsten Empfehlungen entsprechende Betreuung und Beratung von Patienten mit Fettstoffwechselstörungen.

weitere Informationen zum Netzwerk unter: www.lipid-therapie.de

Was sind Fettstoffwechselstörungen?

Zu den Fettstoffwechselstörungen zählen verschiedene Veränderungen der Blutwerte, die meist mit dem Risiko für Lebererkrankungen und / oder Herz-Kreislaufkrankungen (z.B. Herzinfarkt) assoziiert sind.

Sollte bei ihnen mindestens einer der folgenden Werte verändert sein, Sie in der Familie ein erhöhtes Risiko für Herz-Kreislaufkrankungen haben und/ oder Sie selbst Ablagerungen der Arterien/ ein Herzinfarkt gehabt haben, ist eine Ernährungstherapie - auch zusätzlich zur Medikation mit z.B. Statinen - dringend zu empfehlen.

Werten, bei deren Veränderung eine Ernährungstherapie notwendig ist:

- **erhöhtes Gesamt-Cholesterin**
- **erhöhtes LDL**
- **erhöhte Triglyceride**
- v.a. in Kombination mit erhöhten Leberwerten und/ oder Diabetes und Übergewicht

Keine Frage des Cholesterins...

Die meisten bekannten Fettstoffwechselstörungen lassen sich **NICHT durch eine Senkung der Cholesterinzufuhr** über die Ernährung beeinflussen, da hier nicht die Ursache der Stoffwechselstörung liegt. Vielmehr gilt als gesichert, dass eine kohlenhydratreduzierte und fettmodifizierte - NICHT FETTARME - Ernährung die Blutwerte in den meisten Fällen - ohne Medikamente wie z.B. Statine - positiv beeinflussen können. Erfolgreiche Therapieansätze zielen zudem auf den Abbau von Übergewicht und eine Verbesserung der Insulinresistenz/ Diabetes ab.