

Auszug Seite 14 – Interview mit der Ernährungsberaterin Kirsten Scheuer der Klinik Susenberg

14 WWW.KAMPFGEGENKREBS.CH

MEDIAPLANET

LEBENSQUALITÄT

Ernährung: vierte Säule in der Krebstherapie

Die Ernährung spielt für viele Krebspatienten eine zentrale Rolle. «Sie möchten mit der richtigen Nahrungsmittelauswahl ihre Erkrankung und auch die Therapie positiv beeinflussen», sagt die Ernährungsberaterin Kirsten Scheuer.

von Anna Birkenmeier



Kirsten Scheuer

dipl. Ernährungsberaterin HF
an einer Klinik in Zürich

Frau Scheuer, inwieweit können Krebspatienten mit gesunder Ernährung oder Nahrungsergänzungsmitteln ihre Erkrankung beeinflussen oder die Therapie unterstützen?

Das Wichtigste in einer Krebstherapie ist die ausreichende Zufuhr sogenannter Makro- und Mikronährstoffe. Das heisst, neben einer passenden Kalorienzufuhr ist zusätzlich die Eiweissversorgung von grosser Bedeutung. Auch Vitamine und Mineralstoffe sowie sekundäre Pflanzenstoffe spielen eine

unverzichtbare Rolle im Stoffwechsel und in der Immunabwehr. Ob Nahrungsergänzungen nötig werden, hängt immer von der Situation ab.

Krebspatienten leiden häufig unter Appetitlosigkeit.

Als Folge kann es zu Mangelernährung kommen.

Was raten Sie hier?

Appetitlosigkeit ist ein Symptom der Erkrankung. Neben körperlichem Unwohlsein spielen auch psychische Faktoren eine Rolle: Dies führt zu einer verminderten Nahrungs-

aufnahme und somit zu einer unzureichenden Nährstoffzufuhr. Ein frühzeitiger Einsatz von Nahrungsergänzungen kann da erste Abhilfe schaffen. Ausserdem lässt sich durch die Zugabe von hochwertigen Pflanzenölen, Nüssen oder Butter sowie Eiern, Quark oder Käse der Energie- und Proteingehalt der Speisen erhöhen.

Gibt es Lebensmittel, auf die man während einer Krebstherapie besser verzichten sollte?

Nein. Eine ausreichende Ener-

gie- und Nährstoffzufuhr verbessert nachweislich die Therapie und die Überlebenschancen. Alle Verbote sind daher kontraproduktiv.

Die richtige Ernährung stellt neben Operation, Strahlen- und Chemotherapie eine vierte Säule der Krebstherapie dar. Ist das Bewusstsein hierfür bei den Patienten vorhanden?

Ja, denn das ist etwas, was der Patient selber in der Hand hat und wo er aktiv mitwirken kann.

Welche Tipps können Sie geben?

Oft vertragen Patienten viele kleine Mahlzeiten, die wenig geruchs- und geschmacksintensiv sind, besser. Die Art der Präsentation und bunte, leuchtende Farben können dabei eine positive Rolle spielen. Nicht geeignet sind Kritik an der verzehrten Menge und ständige, drängende Aufforderung zum Essen. Ein gemeinsames Miteinander jedoch, bei dem jeder nach seinen eigenen Bedürfnissen essen darf, entspannt die Situation. ■