

Im Kino:
 „More than Honey“



Das fleißigste aller Tiere, die Honigbiene, ist in Gefahr: Zwischen Pestiziden, Antibiotika, Monokulturen und dem Transport von Plantage zu Plantage scheinen die Königinnen und ihre Arbeiterinnen ihre Kräfte zu verlieren. Folge ist ein bisher rätselhaftes weltweites Bienensterben.

Im Dokumentarfilm MORE THAN HONEY geht der Schweizer Regisseur und Sohn einer Imkerfamilie Markus IMHOOF dem Bienensterben auf den Grund. Mit ungeahnter Präzision macht er das Leben der

Biene sichtbar und porträtiert diejenigen, die am meisten von ihm profitieren: die Menschen. Während ein Schweizer Bergimker das Bienensterben mit Traditionstreue abzuwehren versucht, ist die Apokalypse in China schon längst Realität. IMHOOF trifft hier auf das Geschäft mit den Pollen; er spricht mit einem quer durch die USA ziehenden Bienenchauffeur und mit Königinnenzüchtern, die ihre lebendige Ware per Post in die ganze Welt verschicken. Er spürt den Bedeutungen nach, die die Biene seit ewigen Zeiten für den Menschen verkörpert,

und riskiert einen Blick in den Abgrund, der eine Welt ohne Bienen zweifellos wäre.

IMHOOF entführt seine Zuschauer in das faszinierende Universum der Honigbiene, seine Bestandsaufnahme des Bienenlebens verdichtet sich dabei zu einer traurigen Diagnose unserer Zeit, in der Naturprodukte massenhaft verfügbar sein müssen.

Bundesweiter Filmstart:
 8. November 2012

Nahrungsmittelunverträglichkeiten
 Lactose – Fructose – Histamin – Gluten



Das vorliegende Buch von Axel VOGELREUTHER ist ein Fachbuch zu beratungsintensiven Themen unserer Zeit. Leider wird gleich zu Beginn eine Einteilung der Nahrungsmittelunverträglichkeiten verwendet, die nicht den allergologischen Leitlinien folgt: allergische und nicht-allergische Nahrungsmittelunverträglichkeiten als funktionell bedingte Erkrankungen (S. 3), also Krank-

heitsgeschehen ohne Nachweis einer pathologischen Änderung. Die in dem Buch dann folgenden vier Themenbereiche zu Laktose, Fruktose, Histamin und Zöliakie werden auf qualitativ unterschiedliche Weise aufgearbeitet: Während bei Laktose und Fruktose inhaltlich das gängige Wissen zur Ätiologie und Pathogenese im Einklang mit den überwiegenden Studien dargestellt wird, ist der große Block Histamin (S. 88–148) durchsetzt mit den bei diesem Thema üblichen inkongruenten Aussagen. In diesem seitenmäÙig größten Part wäre eine Gegenüberstellung der verschiedenen Sichtweisen leserfreundlicher gewesen. So erschweren die verwendeten inversen Definitionen der HIT dem ohnehin verwirrten Leser das Verständnis dieses diskutierten Krankheitsbildes. Umfangreich ist die Darstellung der verschiedenen Untersuchungen zur HIT, aus denen der Autor den Schluss zieht, dass eine histaminarme Kost die sinnhafte

Therapie sei. Gleichzeitig betont er, dass es gesicherte Aussagen über eine sogenannte histaminarme Kost nicht gibt. Die Autobewertung der endogenen HIT als „nur“ sekundär (S. 97) wird in der Fachliteratur nicht geteilt.

Der letzte Block ist ausschließlich der Zöliakie gewidmet. Aussagen zur Glutenunverträglichkeit außerhalb des Rahmens der Zöliakie – entsprechend dem Buchuntertitel – werden allerdings nicht aufgeführt. Uneinheitliche und sogar zu den Einschätzungen der Deutschen Zöliakie-Gesellschaft gegenteilige Aussagen finden sich zur Prävalenz (S.149/151), Kennzeichnung, Einteilung der Zöliakieformen, aber auch zur Verwendung der DGP und TTiGA als diagnostische Parameter. Die Still- bzw. Beikostinformationen von 2009 zum richtigen Zeitpunkt der Gluteneinführung als sinnvolle Präventionsmaßnahme bei zöliakiebetroffe-

nen Familien werden nicht genannt.

Insgesamt ist dies ein datenintensives Fachbuch, welches nur für Experten und auch für diese nicht uneingeschränkt zu empfehlen ist. Denn die Zusammenführung von widerspruchsfreien mit deckungsungleichen Aussagen muss vom Insider kritisch hinterfragt werden. Ist der Leser dazu aufgrund seiner Fachkenntnis in der Lage, kann durch das Buch eine gute Übersicht entstehen.

Christiane Schäfer

Axel Vogelreuter:
 Nahrungsmittelunverträglichkeiten
 Lactose – Fructose – Histamin – Gluten
 232 Seiten mit 41 Abbildungen und 34 Tabellen, 42,00 €
 Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft Stuttgart 2012

ISBN 978-3-8047-2938-4

„Yes, we can!“

Erfolgreiche Motivation in der Beratungspraxis



Der Tagungsband zum 14. aid-Forum 2011 geht der Frage nach, wie eine Kommunikation in der Beratung aussehen muss, die Menschen nachhaltig zur Änderung eines gesundheitsbezogenen Verhaltens motiviert.

Experten aus den Bereichen Psychologie, Sportpsychologie, Sportwissenschaft und Ernährungswissenschaft beleuchten unterschiedliche Aspekte und Sichtweisen einer erfolgreichen Motivation. Hierbei trifft man immer wieder auf den wichtigen Aspekt des „Motivational Interviewing“, ein patientenorientiertes Verfahren zur Förderung der Behandlungsmotivation von Patienten. Wie ein/e Berater/-in hierbei vorzugehen hat, wird ausführlich und mit vielen Beispielen gespickt erläutert. Weitere Themen sind neue Medien (Apps, Internet etc.) in der Beratung sowie die Motivation von Klienten in schwierigen Lebenslagen (hier am Beispiel von Arbeitslosen).

Abgerundet wird die Broschüre durch die Erfahrungsberichte

dreier Ernährungsberaterinnen, die Einblicke in die Alltagsarbeit von Ernährungspraxen gewähren. Anhand von Fallbeispielen wird sehr informativ und interessant dargestellt, wie die Theorie zur Motivationssteigerung von Klienten in der Praxis im Alltag umgesetzt wird. Diskussionen zu den verschiedenen Expertenvorträgen ergänzen das Thema durch Erörterung eventueller Vor- und Nachteile bzw. Grenzen der verschiedenen Strategien. Eine beigelegte DVD geht auf die Erfahrungen von Menschen bezüglich Verhaltensänderungen und deren Motivation ein. Durch dieses Medium wird ein weiterer Alltagsbezug hergestellt, der wiederum die Wichtigkeit der psychologischen Hintergründe von Motivation und Zielverwirklichung hervorhebt.

Fazit: Der Tagungsband liefert Strategien zur Motivationssteigerung und zur effektiven Zielverwirklichung von Klienten in der Ernährungsberatung, lässt aber auch den Ansatz einer selbstkritischen Hinterfragung des Beraters/der Beraterin nicht aus, um eine erfolgreiche und nachhaltige Beratung gewährleisten zu können.

Dr. Caroline Krämer

„Yes, we can!“
Erfolgreiche Motivation in der Beratungspraxis
Tagungsband zum 14. aid-Forum
97 Seiten, Din A4, broschiert,
9,50 €
aid infodienst, 2012

ISBN 978-3-8308-1026-1

Therapiefall Ernährungsberatung Kommunikationsstrategien für die Praxis



Der Tagungsband zum 10. aid-Forum „Therapiefall Ernährungsberatung – Kommunikationsstrategien für die Praxis“ aus dem Jahr 2007 wurde für die dritte Auflage neu überarbeitet und ergänzt. Im Tagungsband erörtern Experten aus un-

terschiedlichen Bereichen der Ernährungs- und Beratungsbranche Wege zu einer erfolgreichen Ernährungsberatung. Dabei steht im Vordergrund, dass aktuelles Fachwissen der beratenden Person mit methodischen Kenntnissen, den Klienten zu einer Verhaltensänderung zu animieren, kombiniert werden muss, um eine effiziente und erfolgreiche Ernährungskommunikation zu erreichen. Ausführliche Diskussionen zu den einzelnen Vorträgen vertiefen die jeweils dargestellten inhaltlichen Themen.

Neu in dieser 2012 erschienenen Auflage sind aktuelle Entwicklungen aus den Bereichen der vortragenden Experten, welche in der Broschüre jeweils im Anschluss an die einzelnen Vor-

träge als „Update 2012“ dargestellt werden. So zeigt unter anderem der aid neueste Medien und Aktivitäten, um die Bevölkerung mithilfe einer modernen Ernährungskommunikation zu motivieren und sie zum Reflektieren, Erleben und Mitmachen zu animieren.

In einem zu dieser neu überarbeiteten Auflage hinzugefügten Beitrag wird ferner auf die Funktionen und die Formen der Beratung und darauf, was Ernährungsberatung heute überhaupt leisten soll, eingegangen. Auch die Verschiebung der Altersstruktur und die damit verbundenen unterschiedlichen Anforderungen an eine erfolgreiche Ernährungsberatung junger und älterer Menschen fehlen in diesem Update 2012 nicht.

Insgesamt gesehen stellt der Tagungsband ein sehr informatives und nützliches Werk für die Arbeit als Ernährungsberater/-in dar. Durch das „Update 2012“ lassen sich die aktuellen Entwicklungen in den verschiedenen Bereichen der Ernährungsberatung erkennen.

Dr. Caroline Krämer

Therapiefall Ernährungsberatung
Kommunikationsstrategien für die Praxis
Tagungsband zum 10. aid-Forum
121 Seiten, Din A4, broschiert,
9,50 €
aid infodienst, 2012,
3. veränderte Neuauflage
ISBN 978-3-8308-1019-3

50 Jahre Nährwerttabellen Souci-Fachmann-Kraut



Die Nährwerttabellen „Souci Fachmann Kraut“ feiern dieses Jahr ihr 50-jähriges Jubiläum. Bereits ein halbes Jahrhundert bieten sie Fachkräften schnelle

Information über die Zusammensetzung von Lebensmitteln. Die aktuelle siebte Auflage ist in den drei Amtssprachen der Europäischen Union (Englisch/Französisch/Deutsch) erschienen, seit dem Jahr 2000 ist eine Online-Version im Netz verfügbar, deren Daten denjenigen der neuesten Buchauflage entsprechen.

Zur Historie: Im Jahr 1962 erteilte das Bundesministerium für Ernährung, Landwirtschaft und Forsten (BML) der Deutschen Forschungsanstalt für Lebensmittelchemie (DFA) den Auftrag, eine Sammlung und Auswertung von Analysenmaterial über die wichtigsten Lebensmittel durchzuführen,

und die Ergebnisse in tabellarischer Übersicht zu veröffentlichen. Dr. Walter Souci, der damalige Leiter der DFA, erstellte in Zusammenarbeit mit Dr. Heinrich Kraut, einem der Mitbegründer und zeitweiligen Präsidenten der Deutschen Gesellschaft für Ernährung (DGE), und dem Ministerialreferenten Dr. Walter Fachmann ein umfangreiches Tabellenwerk, welches 1968 als Loseblattsammlung erstmals veröffentlicht wurde. Das Werk wurde entsprechend dem Fortschritt der Lebensmittelanalytik ständig bearbeitet und erweitert. Sowohl die Zahl der aufgelisteten Lebensmittel als auch die Zahl der Inhaltsstoffe der Lebensmittel nahmen ständig zu. 1981 er-

schien zum ersten Mal die gebundene Buchform, 1987 zum ersten Mal der „Kleine Souci“, eine Kurzfassung des Tabellenwerks für Verbraucher und Laien.

Siegfried Souci, W. Fachmann, Heinrich Kraut:
Food Composition and Nutrition Tables: Die Zusammensetzung der Lebensmittel, Nährwert-Tabellen; La composition des aliments, Tableaux des valeurs nutritives
7., revidierte und ergänzte Aufl.; 1340 S.; 158 €
Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Stuttgart 2008

ISBN: 978-3804750388

Allein unter Gurken



... fühlt sich Schauspieler Andreas Hoppe – bekannt durch seine Rolle als Tatort-Kommissar Mario Kopper – manchmal bei dem „abenteuerlichen Versuch, mich regional zu ernähren“, den er in seinem Büchlein

teils amüsan, teils engagiert, mal auch etwas langatmig beschreibt.

Nach einer misslungenen Mittagsverpflegung an einem anstrengenden Tatort-Drehtag (allein diese Passage rechtfertigt fast schon, das nicht teure Büchlein zu kaufen) beschließt Andreas Hoppe, seinen Körper nicht mehr mit massengefertigten Fertigspeisen zu ruinieren, und wagt nach einigen anfänglichen Zweifeln gleich den ganz großen Schritt einer (fast) ausschließlich regionalen Ernährungsweise. Er will fortan nur noch Lebensmittel verzehren, die aus höchstens 100 km Entfernung von seinem Aufenthaltsort stammen. Wie es ihm dabei ergeht, pendelnd zwischen seinem Landsitz in Mecklenburg-Vorpommern, wo er sich genussvoll als Gärtner versucht,

und seiner Stadtwohnung in Berlin, welches ihm einiges an Bio- und Regionalläden bietet, erzählt er mithilfe seiner Kollegin Jacqueline Roussety authentisch und in Teilen amüsan und liebenswert. Inhaltliche Ausflüge in seine Kindheit in einem Schrebergarten in Berlin bei „Omma und Oppa“ sowie zu kanadischen Indianern, deren Kultur er ins Herz geschlossen hat, inbegriffen. Zwischendurch berichtet er erkennbar engagiert über ökologische Themen und Probleme, über die er während seines Selbstversuchs vieles erfahren hat.

Nicht alles dabei ist richtig dargestellt, auch werden manche noch fragliche Zusammenhänge als feststehend ausgewiesen (Bsp. Bienensterben, S. 199), und die Ernährungsfachkraft ist mit vielen der Probleme bereits

vertraut, langweilt sich also hier und da. Für Laien allerdings ebenso wie für solche, die eine regionale Ernährung in Betracht ziehen, sowie für alle, die ein bisschen über den Menschen hinter Mario Kopper erfahren wollen, eine nette Kurzlektüre und vielleicht ein kleines, ökologisch ambitioniertes Weihnachtsgeschenk.

Dr. Sabine Schmidt

Andreas Hoppe:
Allein unter Gurken.
Mein abenteuerlicher Versuch, mich regional zu ernähren.
272 S., broschiert, 8,95 €
Piper Verlag, München 2012

ISBN: 978-3492272490