

Ich mag keine Himbeeren – was nun ?

M.E. Martignoni



Wissen gegen Krebs
19. März 2022

Compliance

Ich erhalte Honorare oder arbeite mit folgenden Firmen zusammen:

- Baxter
- B.Braun
- GHD
- MedUpdate
- Nutrizia
- Teva



DANN HALT BLAUBEEREN



3

Meine Definition:
Gesunde Ernährung

Die ausgewogene Aufnahme von pflanzlichen und
tierischen Lebensmitteln, die schmecken, satt machen
und das Gewicht im Normbereich halten

+

einem realistischen Maß an Bewegung.

...und vernünftig zubereitet !

Ernährung ist individuell



Schusdziarra et al.

4

Ernährung in der öffentlichen Wahrnehmung – das Ernährungsparadox

DIE DEUTSCHEN UNIVERSITÄTSKLINIKA

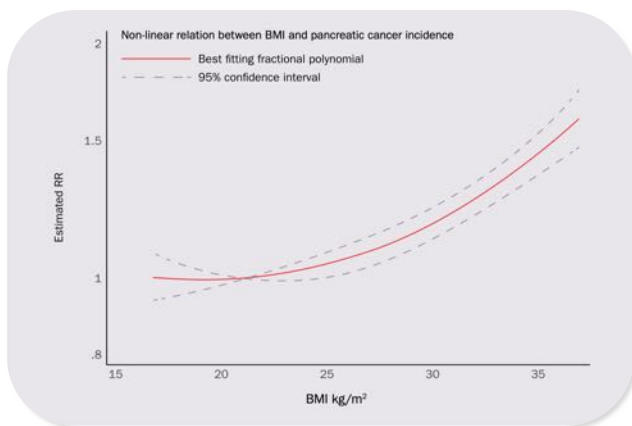


Websuche: Cover Ernährung 2021

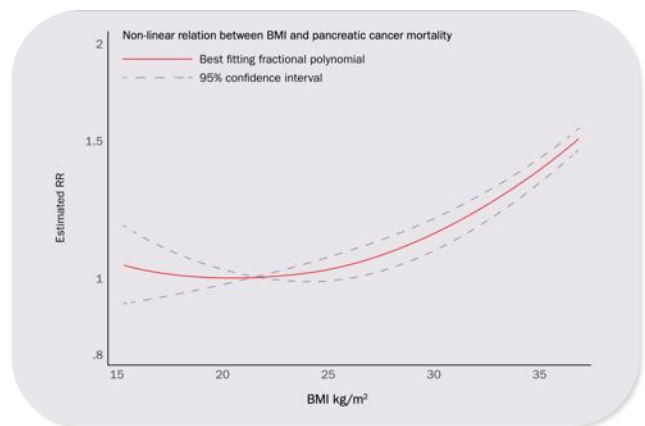
5

Übergewicht & Tumorerkrankungen

Reserve ist gut ?



Inzidenz

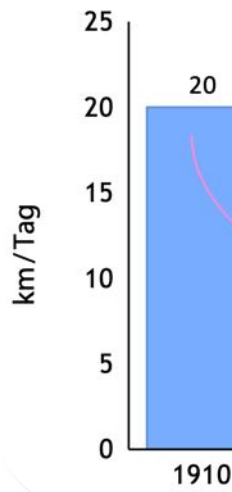


Mortalität

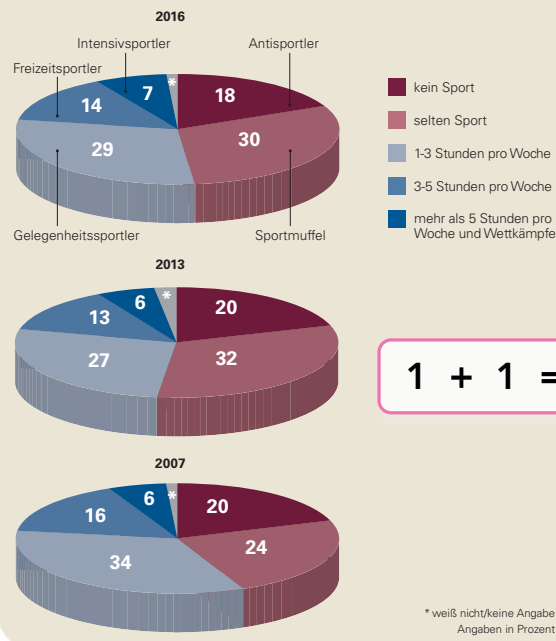
Continuous Update Project WCRF, 2018 www.wcrf.org

6

tägl. Gehstrecke in den letzten 100 Jahren



Verteilung nach Sportertyp



1 + 1 = 3 !!!



Quelle: Statistisches Bundesamt
Techniker Krankenkasse 2020

7

KREBSDIÄTEN AM BEISPIEL KETOGENE DIÄT

8

Mögliche Wirkmechanismen / Pitfalls

Review

Dietary modifications for enhanced cancer therapy



<https://doi.org/10.1038/s41586-020-2124-0> Naama Kanarek^{1,2,3,5,6}, Boryana Petrova¹ & David M. Sabatini^{3,4,5,6}

¹Department of Pathology, Boston Children's Hospital, Boston, MA, USA. ²Harvard Medical School, Boston, MA, USA. ³Broad Institute of Harvard and Massachusetts Institute of Technology, Cambridge, MA, USA. ⁴Whitehead Institute for Biomedical Research, Cambridge, MA, USA. ⁵Department of Biology, Howard Hughes Medical Institute, Massachusetts Institute of Technology, Cambridge, MA, USA. ⁶Koch Institute for Integrative Cancer Research, Cambridge, MA, USA. ✉e-mail: naama.kanarek@childrens.harvard.edu

Naama Kanarek Nature | Vol 579 | 26 March 2020