

Fachtag Ernährung

Fachtag Ernährung – Interdisziplinäre Fortbildungsplattform

Der erste Fachtag Ernährung fand unter der wissenschaftlichen Leitung von Univ.-Prof. Mag. Dr. Karl-Heinz Wagner (Department für Ernährungswissenschaften, Universität Wien) am 17. April im Casino Baumgarten in Wien statt. Die Themenblöcke umfassten Ergebnisse internationaler Studien, Trends in Ernährung sowie Ernährungsforschung, chronische Erkrankungen und Lebensmittelsicherheit. International renommierte Experten vermittelten ihr Wissen in Vorträgen. Daraus ergaben sich spannende Diskussionen, und auch mögliche Umsetzungsstrategien wurden angerissen.

Internationale Studien – Was lernen wir aus ihnen?

Der erste Themenblock startete mit der seit 15 Jahren laufenden EPIC-Studie (European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition), die Ernährung und Krebs im Fokus hat. Dr. Heinz Freisling, PhD, MSc reiste aus Frankreich an, um ein wissenschaftliches Update zu geben. Ergebnisse zeigen einen klaren Zusammenhang zwischen Ernährungsfaktoren und Krebsrisiko. Studien in EPIC verwenden vermehrt Biomarker für die Nährstoffaufnahme bzw. den Nährstoffstatus oder Marker von metabolischen Effekten. Dies erlaubt Rückschlüsse auf mechanische Aspekte in der Krebsentstehung.

Prof. Michael Fenech aus Australien konnte seinen Vortrag „HUMN – HUman MicroNucleus Project – Was ist für die Ernährung ableitbar?“ nicht vor Ort halten. Stattdessen wurde die von ihm besprochene Präsentation abgespielt und danach via Skype diskutiert. HUMN ist ein international angelegtes Projekt, das seit 1997 läuft und weltweite Forschungsergebnisse zum Thema DNA-Schädigung der Bevölkerung sammelt. Dabei wird mit Micronucleus Assays gearbeitet. Ernährung stand bisher nicht im Mittelpunkt der Forschung, jedoch kann ein Zusammenhang zwischen der Lebensmittelauswahl und den Mikronukleus-Untersuchungen festgestellt werden. Bei unausgewogener Ernährung waren weit häufiger DNA-Schädigungen zu beobachten.

Trends in der Ernährungsforschung

Wie können Trends in der Ernährungsforschung aufgezeigt werden? Wie glaubhaft bzw. wissenschaftlich fundiert sind die dahinterliegenden Studien? Ao. Univ.-Prof. DDr. Barbara Prüller-Strasser gab einen kritischen Einblick in das Potential von Systemic Reviews und Metaanalysen. Angesichts der großen Anzahl publizierter Einzelstudien sind gute Übersichten, die Auskunft über die vorhandene Evidenzlage geben, für die Entscheidungsfindung in der Gesundheitspolitik besonders wichtig. Systematische Reviews zeichnen sich durch eine klar definierte Fragestellung und ein reproduzierbares, wissenschaftliches Vorgehen aus. In Metaanalysen werden die Ergebnisse aller Studien zu einer Fragestellung statistisch zusammengefasst, um präzisere Angaben über die Wirksamkeit von Interventionen zu erhalten. Hier gilt, dass die Qualität der Metaanalyse niemals besser sein kann als die der Einzelstudien.

Unter dem Titel „Nutrition goes omics – Schein oder Sein?“ erklärte Assoz.-Prof. Priv.-Doz. Mag. Dr. Sandra Wallner-Liebmann die Chancen und Grenzen der Metabolom-Profilierung. Metabolomics beschäftigt sich mit der Erfassung und Quantifizierung kleiner Moleküle in biologischen Systemen. Vor allem Körperflüssigkeiten wie Urin können als relativ stabiler individueller „metabolischer Fingerabdruck“ verwendet werden. Eine wichtige Chance der Metabolomanalyse besteht in der genauen individuellen Lebensmittel- und -inhaltsstoffanalyse.



Vortragssaal Casino Baumgarten beim ersten Fachtag Ernährung

Ernährungstrends – oder mehr?

Ass.-Prof. Dr. Petra Rust widmete sich dem Thema „Vegane Ernährung – Was steckt wirklich dahinter?“. In Europa leben ca. 2–7 % Vegetarier; davon lebt etwa ein Zehntel vegan. Wie allein der Verzicht auf Fleisch die Gesundheit langfristig beeinflusst, ist wissenschaftlich schwer zu evaluieren, da Ernährung und

Lebensstil, welcher bei Vegetariern und Veganern oft gesünder ist, schwer zu trennen sind. Vegane Lebensweise setzt voraus, dass das Wissen über mögliche Nährstoffmängel (z.B. Vitamin B12) vorhanden ist und auf eine Substitution geachtet wird.

Einen spannenden Einblick gab Univ.-Prof. Dr. Jörg Michael Hiesmayr in den Alltag der Krankenhausernährung. Aus den Erhebungsdaten des „nutritionDay“ ergab sich, dass nur 15–40 % der Patienten im Spital essen. nutritionDay wurde 2006 gegründet und erhebt in 56 Ländern einmal jährlich mittels Fragebogen die Nahrungsaufnahme von Patienten in Spitälern. Veränderbare Faktoren in der Ernährungstherapie existieren; diese gilt es nun zu erkennen und umzusetzen.

Ernährung und chronische Erkrankungen

Typische Zivilisationskrankheiten wie Herz-Kreislauf-Erkrankungen oder Typ-2-Diabetes zählen zu den „Non Communicable Diseases“ (NCDs) und sind weitläufig als chronische Erkrankungen bekannt. Univ.-Prof. Mag. Dr. Karl-Heinz Wagner gab in seinem Vortrag „Ein Blick über den Tellerrand – die internationale Entwicklung von NCDs“ einen Einblick in die Folgen von NCDs. 2012 waren NCDs weltweit für 38 Mio. der 56 Mio. Todesfälle verantwortlich. Etwa 75 % dieser Todesfälle werden in Schwellenländern wie China oder Mexiko gezählt und nicht in der industrialisierten Welt. Erklärt wird dies durch eine wachsende Mittelschicht und Veränderungen im Einkaufs- und Konsumverhalten.

„Hypertonie, Diabetes & Co – Wo ist das Präventionspotential von Ernährung am höchsten?“ war der Titel des Vortrags von ao. Univ.-Prof. Dr. Cem Ekmekcioglu. In der Global Burden of Disease Study, die Daten aus 187 Ländern enthält, zeigte sich, dass unter 67 Risikofaktoren für durch Krankheit beeinträchtigte Lebensjahre unter den ersten 20 sechs ernährungsabhängige Risikofaktoren wie wenig Obst, zu viel Salz oder zu wenig Vollkornprodukte sind. Ernährung und Ernährungsmuster weisen damit ein wesentliches Präventionspotential für die Gesundheit auf.

Ernährung und Lebensmittelsicherheit

Den letzten Themenblock eröffnete DI Johann Steinwider mit dem Thema „Mehr als 10 Jahre EFSA – Was hat sich in Österreich im Lebensmittelbereich verändert?“. Er gab einen Überblick über die Gründungsgeschichte, die Ziele und den Aufbau der EFSA und AGES. Ein wesentlicher Punkt ist die vollzogene Trennung zwischen Risikobewertung und -kommunikation (liegen bei EFSA bzw. AGES) und Risikomanagement (liegt bei EU-Kommission, Bundesministerium und Landesregierungen).

Listerienausbrüche streuen sehr weit (von Melonen bis Schinken), und Listerien sind äußerst widerstandsfähig. „Lebensmittelsicherheit im 21. Jahrhundert – Warum hält sich das Thema Listerien so hartnäckig?“ war der Titel des Vortrags von Dr. Beatrix Stessl, die einen detaillierten Einblick gab, welche Präventivmaßnahmen getroffen werden können und wo die größten Risiken eines Listerienausbruchs liegen. Quintessenz war, dass ein gelebtes und durchdachtes Hygienemanagement in Betrieben das effizienteste Mittel in der Prävention ist.

Den Abschluss machte Univ.-Doz. Mag. Dr. Ingrid Kiefer mit „Risikowahrnehmung bei Lebensmittelskandalen“. In diesem Vortrag wurde auf sehr bildliche Weise dargestellt, dass die öffentliche Wahrnehmung bei einem Lebensmittelskandal nicht unterscheiden kann, ob ein tatsächliches Risiko besteht. Egal ob Schummelschinken, Pestizidrückstände oder Dioxinskandal: Der Konsument ist verunsichert, obwohl unsere Lebensmittel heutzutage so sicher wie nie zuvor sind. Damit muss die Kommunikation von

Risiken und Gefahren verstärkt die Risikowahrnehmung in der Bevölkerung berücksichtigen, um Ängste abzubauen und das Bewusstsein für ein reales Risiko zu schaffen.

von Mag. Tamara Ranzenberger-Haider
office@ernaehrungsbewusstsein.at

inzersdorfer

Meine beste Basis

GULASCH

JETZT NEU
im Basis/Fix Regal

3 PORTIONEN
✓ laktosefrei
✓ ohne Konservierungsstoffe
✓ ohne Geschmacksverstärker

Frisch dazu:
500g würfeliges
Rindfleisch

WAS STECKT HINTER DEM BESTEN GESCHMACK?
Für unsere flüssige Inzersdorfer Basis werden Gemüse, Kräuter und Gewürze von den Inzersdorfer Köchen eingekocht und versiegelt. Gemeinsam mit Ihren frischen Zutaten kochen Sie im Handumdrehen typische, österreichische Schmankerl. Ein vegetarisches Rezept gibts in jeder Packung!

www.meinebestebasis.at

Anzeige