

## Ernährungsberatung bei Krebserkrankungen

Bei Ernährungsproblemen im Zusammenhang mit der Tumorerkrankung bieten wir Ihnen zusätzlich die Möglichkeit für einen Termin zur individuellen Ernährungsberatung an. Bei Interesse können Sie sich gerne an Ihren behandelnden Arzt oder an das medizinische Fachpersonal wenden.

**Universitätsklinikum Ulm**  
**Comprehensive Cancer Center Ulm (CCCU)**  
**Ernährungsberatung Frau Zehatschek**  
**Diätassistentin, B. Sc. Diätetik**  
**T 0731 - 500 56024**  
**baerbel.zehatschek@uniklinik-ulm.de**  
**Albert-Einstein-Allee 23**  
**89081 Ulm**



Gefördert als Onkologisches Spitzenzentrum durch die Deutsche Krebshilfe

Spendenkonto Deutsche Krebshilfe  
Kreissparkasse Köln  
IBAN: DE65 3705 0299 0000 9191 91  
SWIFT/BIC: COKSDE 33XXX



universität  
**uulm**



## Informationsbroschüre zu sogenannten „Krebsdiäten“

**Comprehensive Cancer Center**  **Ulm**  
**Tumorzentrum Alb-Allgäu-Bodensee**

## Krebsdiäten

„Krebsdiäten“ werben häufig mit dem Versprechen, das Wachstum des Tumors aufzuhalten oder Krebs sogar heilen zu können. Hierfür gibt es **keine wissenschaftlich bestätigten Beweise!**

Meist führen diese „Krebsdiäten“ zu Unter- und Mangelernährung, da sie keine ausreichende Energie- und Nährstoffversorgung gewährleisten. Doch für Sie als Krebspatient\*in ist es wichtig, Gewichtsverlust und Nährstoffmangel zu vermeiden! So können Sie Ihre Lebensqualität, Leistungsfähigkeit, Mobilität und nicht zuletzt die Effektivität der Tumorthherapie erhalten. **Bitte besprechen Sie mit Ihrem Arzt/Ihrer Ärztin, ob eine Ernährungsumstellung sinnvoll ist!**

## Verzicht auf Zucker und Kohlenhydrate oder ketogene Diät

- Gefahr der ungenügenden Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen (u.a. durch Verzicht auf Obst und einige Gemüsesorten).
- Bei bestehenden Erkrankungen (z.B. Diabetes mellitus, Herzerkrankungen) kann diese Ernährungsform sehr gefährlich sein!
- Streng kohlenhydratarme und ketogene Diäten sind langfristig nur schwer umzusetzen.

## Fasten

- Energie- und Nährstoffbedarf kann nur bei kurzen und sorgfältig geplanten Fastenphasen gedeckt werden. Große Gefahr für Mangelernährung!
- Erfolg ist nicht nachgewiesen. In Tierversuchen Hinweise auf bessere Verträglichkeit von Chemotherapie.
- Keine messbaren Vorteile für Krebspatienten bekannt.

## „Superfoods“ und Nahrungsergänzungsmittel

- „Superfood“ ist ein reiner Marketingbegriff, eine höhere Qualität der Lebensmittel ist nicht gesichert.
- Die Wirkung von Stoffen ist nicht ausreichend oder in unrealistischen Dosen getestet.
- Nahrungsergänzungsmittel sind nur bei festgestelltem Mangel sinnvoll: mit Arzt abklären!

Immer wieder werden neue Krebsdiäten, Ernährungsformen oder Wundermittel veröffentlicht. Um zu **erkennen, ob die Diät oder das Produkt für Sie gefährlich ist**, helfen folgende Fragen:

- Wird behauptet, dass die Diät oder das Produkt keine Nebenwirkungen bzw. nur positive Wirkungen hat?
- Soll der Tumor „ausgehungert“ werden?
- Wird durch die Diät oder das Produkt Heilung versprochen?
- Werden Personenbeispiele für „Wunderheilungen“ angeführt?
- Werden bei der Diät bestimmte Lebensmittel oder Lebensmittelgruppen verboten?
- Werden Einläufe oder Fastenkuren empfohlen?
- Werden schulmedizinische Therapien abgelehnt (Chemo-, Strahlentherapie)?
- Ist das Produkt nur über eine bestimmte Adresse zu beziehen?
- Soll die Diät oder das Produkt bei allen Krebserkrankungen helfen?
- Werden Produkte in hohen Dosierungen empfohlen?

**Wenn Sie eine dieser Fragen mit „ja“ beantworten können, ist es nicht sinnvoll, die Diät oder das Produkt auszuprobieren.**

---

*Wenn Sie Ihre Ernährung optimieren möchten, kontaktieren Sie bitte eine Ernährungsfachkraft. Dies sind staatlich anerkannte Diätassistent\*innen oder Oecotropholog\*innen und Ernährungswissenschaftler\*innen.*

---