

## Wie Essgewohnheiten den Heilungsprozess unterstützen können Ratgeber informiert über die richtige Ernährung bei Krebs

Jedes Jahr erhalten etwa 500.000 Menschen in Deutschland die Diagnose Krebs. Das Wissen um die Krankheit bedeutet einen drastischen Einschnitt im Leben. Nach dem ersten Schock geht es darum, viele Informationen einzuholen und eine Entscheidung für die passende Therapie zu treffen. Auch die Ernährung kann beim Heilungsprozess eine wichtige Rolle spielen. Der Körper passt sich bei Krankheiten an den veränderten Stoffwechsel an und nimmt andere Mengen an Energie und Nährstoffen auf. Der neu aufgelegte und stark überarbeitete Ratgeber der Verbraucherzentrale „Wie ernähre ich mich bei Krebs?“ begleitet Betroffene während ihrer Behandlung und Genesung.

Heilen lässt sich Krebs durch die Ernährung allein nicht. Aber angepasste Essgewohnheiten können Nebenwirkungen lindern, die Lebensqualität verbessern und den Heilungsprozess fördern. Damit das gezielt geschehen kann, beantwortet der Ratgeber viele Fragen wie: Darf ich weiter essen, was mir schmeckt? Wie verändert ein Tumor den Stoffwechsel? Was ist von Wundermitteln zu halten? Das Buch stellt verschiedene Ernährungsweisen vor, erläutert auch die Bedeutung von Sport und Bewegung und zeigt weitere Möglichkeiten, das Immunsystem zu stärken. Alle Empfehlungen sind durch langjährige Zusammenarbeit mit Patienten, Therapeuten und Ärzten erprobt.

Der Ratgeber „Wie ernähre ich mich bei Krebs? Was nützt, was nicht – praktische Hilfen für den Alltag“ hat 224 Seiten und kostet 19,90 Euro, als E-Book 14,49 Euro.

### Bestellmöglichkeiten:

Im Online-Shop unter [www.ratgeber-verbraucherzentrale.de](http://www.ratgeber-verbraucherzentrale.de) oder unter 0211 / 38 09-555. Der Ratgeber ist auch in den Beratungsstellen der Verbraucherzentralen und im Buchhandel erhältlich.

**Hinweis für Redaktionen:** Rezensionsexemplare unter  
Tel. 0211 / 38 09-363 oder Fax 0211 / 38 09-235, oder E-Mail  
[publikationen@verbraucherzentrale.nrw](mailto:publikationen@verbraucherzentrale.nrw)

**Presstext und Cover:**

[www.verbraucherzentrale.de/buecher-und-ebooks/ernaehrung-bei-krebs](http://www.verbraucherzentrale.de/buecher-und-ebooks/ernaehrung-bei-krebs)

Mintropstraße 27  
40215 Düsseldorf

Tel. (0211) 38 09-101  
Fax (0211) 38 09-216

[presse@verbraucherzentrale.nrw](mailto:presse@verbraucherzentrale.nrw)  
w