

# Ernährungsratgeber bei Krebs

Dieser Ratgeber soll Ihnen eine Hilfestellung sein  
und Ihnen mit Tipps und Empfehlungen zur Seite stehen.



## Inhalt

Inhaltsverzeichnis .....	2
Ausgewogene Ernährung.....	4
Omega-3- und Omega-6-Fettsäuren.....	5
Gewichtsverlust.....	6
Zusatznahrung.....	7
Ernährungsempfehlungen nach der Operation .....	8
Ernährungsempfehlungen während der Chemo-und Strahlentherapie .....	9
Appetitlosigkeit .....	9
Veränderung des Geschmacks .....	10
Übelkeit und Erbrechen .....	10
Verstopfungen .....	11
Durchfall .....	11
Kau- und Schluckbeschwerden.....	12
Entzündungen der Mundhöhle .....	12
Mundtrockenheit .....	13
Ernährungstagebuch.....	13
Literaturverzeichnis .....	14



# Sehr geehrte Patientin, sehr geehrter Patient

Erhält jemand die Diagnose Krebs führt dieses, bei dem Betroffenen und dem näheren Umfeld, in aller Regel erst einmal zu Angst und Verzweiflung. Dabei besteht nach derzeitigem Stand der Medizin, bei früher Diagnose eine gute Heilungschance.

Krebs entsteht durch Veränderungen in den Genen der Erbsubstanz (DNA), welche nicht mehr repariert werden. Krebszellen wachsen unkontrolliert und können neben Organen auch Blutgefäße befallen, um diese dann für ihr eigenes Fortleben zu nutzen oder sich über die Blutbahnen in weitere Organe zu verbreiten und dort Tochtergeschwülste auszubilden (Metastasen).

Eine Krebserkrankung ist immer durch mehrere Einflussgrößen bedingt. So spielen die Erbanlagen, das Lebensalter, als auch die Ernährung eine wesentliche Rolle. Negativ auf die Gesundheit wirken sich neben Übergewicht, UV-Strahlung und Rauchen unter anderem auch natürliche Schimmelpilzgifte (Aflatoxin, Patulin) sowie Verunreinigungen in der Umwelt (Luft, Wasser) aus.

Je nach Lokalisation, Größe als auch Art des Tumors wird entschieden welche medizinische Behandlung individuell am geeignetsten ist, um ein bestmögliches Therapieergebnis zu erhalten. Hierbei zählen neben dem operativen Eingriff, der Chemo- und Strahlentherapie auch die Hormontherapie als Mittel zur Wahl.

Ihr imland Behandlungsteam



## Ausgewogene Ernährung

Durch eine ausgewogene und vollwertige Ernährung soll nach Möglichkeit ein Gewichtsverlust und Nährstoffmangel vermieden werden, um den Körper und das Immunsystem nicht noch zusätzlich zu schwächen. Der Energiebedarf wird in erster Linie durch Kohlenhydrate, Eiweiße und Fette gedeckt.

Insbesondere Eiweiß liefert die wichtigen Proteine für das Muskelgewebe, welches in Folge Ihrer Krebserkrankung verstärkt abbauenden Prozessen unterworfen ist. Daher ist es von besonderer Bedeutung für Ihren Körper, diesen gut mit Eiweiß zu versorgen.

Große Mengen an Eiweiß befinden sich in:

- In Fleisch, Fisch, Eiern, Milch- und Milchprodukten wie: Joghurt, Quark, Frischkäse, Käse.

Speziell in dieser Zeit braucht der Körper eine extra Portion an Vitaminen und Mineralstoffen, welche zum Teil ausschließlich über die Nahrung aufgenommen werden können, da der Körper diese nicht selbstständig herstellen kann.

Besondere Bedeutung kommt den Vitaminen A, E und C zu, da diese eine antioxidative Wirkung besitzen und freie Radikale, die die Zellstrukturen im Körper schädigen, unschädlich machen. Weiterhin gibt es wichtige Spurenelemente als auch sekundäre Pflanzenwirkstoffe die als Radikalfänger fungieren.

- Carotin befindet sich vor allen Dingen in gelben Obst- und Gemüsesorten als auch in grünen Blattgemüsen: Mirabellen, Pfirsiche, Karotten, Spinat, Feldsalat, Brokkoli, Grünkohl, Fenchel
- Vitamin E befindet sich in hochwertigen, möglichst kaltgepressten Ölen: Weizenkeimöl, Sonnenblumenöl, Rapsöl, Wallnussöl sowie Sprossen, Keimlinge und Nüsse
- Vitamin C befindet sich in: Zitrusfrüchten, Beerenfrüchten sowie in Petersilie, Tomaten und Paprika
- Pflanzenwirkstoffe befinden sich in: Tomaten, Blumenkohl, Erdbeeren, Ananas, Grünkohl, Knoblauch, Porree, Soja

Für die Zeit der Krebstherapie bzw. im Anschluss an eine Operation, ist es empfehlenswert 4-6 kleine Mahlzeiten über den Tag zu verteilen, da dies in aller Regel besser vertragen wird und es zu weniger körperlichen Beschwerden kommt.



## Omega-3 - und Omega-6-Fettsäuren

$\Omega$ -3- und  $\Omega$ -6-Fettsäuren sind mehrfach ungesättigte Fettsäuren und gehören zu den essenziellen Fettsäuren. Das bedeutet, dass der Körper nicht selbst in der Lage ist diese herzustellen, weshalb sie mit der Nahrung aufgenommen werden müssen. Sie haben entzündungshemmende Eigenschaften und eine positive Wirkung auf das Herz-Kreislauf-System.  $\Omega$ -6- Fettsäuren wirken sich in Zusammenspiel mit den  $\Omega$ -3- Fettsäuren günstig auf die Blutfettwerte und den Blutdruck aus.

- $\Omega$ -3- Fettsäuren: in Fettfischen wie Lachs, Makrele, Thunfisch
- $\Omega$ -6- Fettsäuren: in hochwertigen, kaltgepressten Ölen wie Lein- und Rapsöl



# Gewichtsverlust

Fast die Hälfte aller Krebspatienten verlieren während des Krankheitsverlaufs, oftmals bereits vor der Diagnosestellung, ungewollt an Körpergewicht. Dies hängt zum einen damit zusammen, dass durch die entzündlichen Prozesse im Körper der Stoffwechsel angeregt wird, wodurch mehr Fett- und Muskelmasse abgebaut wird (kataboler Prozess), zum anderen ist in vielen Fällen die Nährstoffaufnahme im Darm gestört, wodurch der Körper zu wenige Nährstoffe aus der Nahrung aufnimmt und es zu Mangelerscheinungen sowie Gewichtsverlust kommt. Falls sich bei Ihnen ein signifikanter Vitamin- und/oder Nährstoffmangel abzeichnet, sprechen Sie Ihren behandelnden Arzt an.

- Verwenden Sie kalorienreiche Lebensmittel und streichen Sie kalorienreduzierte Produkte von Ihrem Speiseplan. Beispielsweise: Halbfett-Produkte wie Halbfettmargarine, Milch mit 1,5% Fett, fettreduzierter Joghurt und Frischkäse
- Verlieren Sie dennoch zu stark an Gewicht kann es ratsam sein, industriell hergestellte Produkte zur Energieanreicherung der Speisen zu verwenden
- Als Nahrungsergänzungsmittel bietet sich hier beispielsweise Maltodextrin (ein Esslöffel enthält ca. 38 kcal) an, ein auf Basis von Stärke hergestelltes Pulver, welches geschmacksneutral ist und problemlos in Getränke und Weichspeisen eingerührt werden kann.



# Zusatznahrung

## Trinknahrung:

Ist es Ihnen nicht möglich, Ihren Nährstoff- u. Energiebedarf über die normale Ernährung zu decken, kann es sinnvoll sein, Ihre Nahrungsaufnahme durch Zusatznahrung zu ergänzen. Diese wird beispielsweise in Form einer Trinknahrung angeboten. Bei Trinknahrung handelt es sich um ein industriell hergestelltes Produkt, welches in großer Menge Energie, Eiweiß, Vitamine und Nährstoffe enthält (1,5 kcal/ml). Trinknahrung kann zwischen den Mahlzeiten, aber unter bestimmten Umständen auch als alleinige Nahrungsquelle zu sich genommen werden. Es sollte darauf geachtet werden, dass die Trinknahrung langsam getrunken wird, da es ansonsten aufgrund der hohen Nährstoffkonzentration zu Durchfällen, Übelkeit und Völlegefühl kommen kann. Darüber hinaus besteht die Möglichkeit die Trinknahrung mittels einer Sonde, über den Mund oder die Nase, zu verabreichen. Dies ist insbesondere hilfreich, wenn die körperliche Verfassung eine normale Ernährung nicht zulässt.

## Eiweißpulver:

Wesentliche Aufgaben von Eiweiß (Protein) ist der Aufbau und Erhalt von Körpersubstanz, sowie die Stärkung des Immunsystems. Der durchschnittliche Tagesbedarf eines gesunden Erwachsenen liegt bei ca. 0,8 g Eiweiß/kg Körpergewicht. Bei onkologischen Patienten, im Alter aber auch bei intensiver sportlicher Aktivität, ist der Eiweißbedarf gesteigert und beträgt ca. 1-1,2 g Eiweiß/kg Körpergewicht/Tag. Um dem Abbau von Körpersubstanz, insbesondere dem Abbau von Muskelmasse entgegenzuwirken, kann der Einsatz von Eiweißpulver sinnvoll sein. Eiweißpulver ist sehr vielseitig einsetzbar und kann problemlos in Speisen eingerührt werden. Bei der Herstellung von Teigen empfiehlt es sich, ein Mehl-Eiweißpulvergemisch als Grundlage zu verwenden. Weiterhin gibt es Aromata, welche zusammen mit dem Eiweißpulver, als Shake in einem Schüttelbecher zubereitet werden können.

# Ernährungsempfehlungen nach der Operation

Je nachdem welche Art der Therapie bei Ihnen zum Einsatz kommt, unterscheiden sich im Nachhinein die Empfehlungen für Ihre Ernährung.

Nach einer Darmoperation sollte in der ersten Zeit(6-10 Wochen) eine leicht verdauliche Kost eingehalten werden. Das bedeutet, dass auf eine ballaststoffarme Kost geachtet und auf stark blähende Lebensmittel gänzlich verzichtet werden sollte. Das dient der Vermeidung starker Gasbildung, welches zu Druck auf die operierte Stelle- und damit zu Schmerzen führen kann. Insbesondere Träger/Trägerinnen einer Stomaanlage sollten eine starke Gasbildung im Darm vermeiden, da dies zusätzlich zum Ablösen des Beutels führen kann.

- Ballaststoffreiche Lebensmittel: Vollkornprodukte(Vollkornbrot, Müsli etc.) und Hülsenfrüchte(Erbesen, Linsen, Bohnen etc.)
- Sämtliche Kohlsorten (Ausnahme Blumenkohl- und Brokkoliröschen, Kohlrabi und Chinakohl gedünstet)
- Zwiebeln, Lauch, Knoblauch
- Hart gekochte Eier
- Schonende Garmethoden nutzen: Dünsten, Backen, Kochen, Dämpfen

Wenn ein künstlicher Darmausgang (Stoma) gelegt wurde, sollten Sie neben den gasbildenden Lebensmitteln, weiterhin auf Zitrusfrüchte verzichten, da diese das Gewebe rund um das Stoma reizen und es zu Wundheilungsstörungen kommen kann. Ebenso wird abgeraten sehr faserreiche Lebensmittel zu verzehren (insbesondere bei Ileostoma), damit es zu keinem Verschluss des künstlichen Darmausganges kommt (Stomablockade).

- zu faserreichen Lebensmitteln zählen z.B.: Spargel, Ananas, Pilze, Nüsse, Obstkerne und feste Obstschalen.

Es sollte eine ausreichende Flüssigkeitsmenge von mindestens 1,5 - 2,0 Liter pro Tag zu sich genommen werden!!!



# Ernährungsempfehlungen während der Chemo-und Strahlentherapie

Eine Chemo-/Strahlentherapie verfolgt das Ziel, das Tumorgewebe unschädlich zu machen bzw. den Tumor zu verkleinern. Diese Art der Therapie ist ein Eingriff, der mit großen Belastungen für den ganzen Organismus verbunden ist. Zum Ausdruck kommt dies durch zahlreiche Nebenwirkungen, welche sich in ihrer Ausprägung, hinsichtlich der Höhe der Dosierung bzw. der Intensität der Bestrahlung unterscheiden.

## Appetitlosigkeit

Unter der Krebstherapie kann es sein, dass Sie keinen Appetit verspüren und Ihnen das Essen schwer fällt. Probieren Sie zwischendurch immer mal wieder kleine Snacks zu sich zunehmen.

- Nehmen Sie Mahlzeiten zusammen mit Ihrer Familie oder mit Freunden ein. Oftmals steigert das gemeinsame Essen den Appetit
- Essen Sie öfter über den Tag verteilt kleinere Mahlzeiten, auch außerhalb der gewöhnlichen Tischzeiten. Platzieren Sie für Ihren Geschmack leckere Snacks, welche Sie im Vorbeigehen ansprechen und zum Essen animieren.
- Vermeiden Sie starke Gerüche in der Zubereitung, dass wirkt bei vielen Krebspatienten als „Appetit-Killer“
- Gemüsesäfte, Obstsäfte, Bitterstoff enthaltene Teesorten aber auch ein Aperitif (in Absprache mit Ihrem Arzt) kann hilfreich sein, den Appetit anzuregen.
- Frische Luft, ob Spaziergänge oder aber auch Mahlzeiten unter freiem Himmel steigern den Appetit



## Veränderung des Geschmacks

Durch die Therapie kann es zu Veränderungen des Geschmacksempfindens kommen. Patienten berichten über einen metallischen Geschmack. Aber auch die Wahrnehmung der Intensität von Geschmacksrichtungen, hinsichtlich süß und bitter, wird getrübt. So schmecken viele Lebensmittel zu süß oder zu bitter, aber auch gegenteiliges ist der Fall.

- Speisen erst beim Verzehr mit Salz und Pfeffer würzen
- Um den Geschmack von Speisen aufzupeppen verwenden sie frische Gartenkräuter, aber auch das Variieren der Speisenskonsistenz (flüssig, weich, knusprig, körnig) als auch der Temperatur, kann das Essen attraktiver gestalten
- Die Nutzung von Plastikbesteck und Mundspülungen mit bitteren Getränken (Bitter Lemon, Tonicwater, Grapefruitsaft) kann helfen einen metallischen Geschmack vorzubeugen

## Übelkeit und Erbrechen

Während der Chemo-/Strahlentherapie werden viele Patienten von Übelkeit und Erbrechen geplagt. Grundsätzlich bietet es sich an kurz vor der Chemo-/Strahlentherapie(1-2 Stunden)nichts mehr zu essen, um mögliche Abneigungen der zuvor verspeisten Lebensmittel zu vermeiden.

- Vorzugsweise kleine Mahlzeiten verzehren
- Schonende Zubereitung (z.B. Dünsten, Kochen, Backen, Dämpfen)
- Keine schwerverdaulichen Speisen verzehren (nicht zu fettig, zu süß oder zu scharf)
- Eventuell werden pürierte Kost, Suppen oder Breie besser vertragen
- Salzstangen, Zwieback, Knäckebrot u. Reiswaffeln haben sich bereits am Morgen vor dem Aufstehen bei Patienten gegen Übelkeit bewährt
- Essensgerüche vermeiden
- In Ruhe essen und achtsam und ausgiebig kauen
- Zähneputzen im Anschluss an das Essen sorgt für einen frischen Geschmack im Mund
- Ruhen Sie sich nach dem Essen aus und lagern Sie Ihren Oberkörper etwas erhöht
- Nehmen Sie ausreichend Flüssigkeit( 1,5-2 l/Tag), in Form von Mineralwasser (still), Kräutertees (Kamille, Fenchel), zu sich

In Therapiezeiten bietet es sich an, auf seine „Lieblingsspeisen“ zu verzichten, um sich nicht die Freude daran zu verderben.

## Verstopfungen

Unter der Therapie kann es in Anbetracht der Umstände zu Verstopfungen kommen. Häufige Gründe dafür sind die Medikamente, die während der Chemo-/ Strahlentherapie eingenommen werden, sowie ein Mangel an Bewegung durch Bettlägerigkeit und/oder Unwohl sein. Über die Ernährung kann positiver Einfluss auf das Darmbefinden genommen werden. In erster Linie wird eine ballaststoffreiche Ernährung empfohlen. Ballaststoffe sind zum größten Teil unverdauliche Bestandteile von Pflanzen, welche quellende Eigenschaften besitzen und so zu einer Entleerung des Darms beitragen.

- Ballaststoffreiche Lebensmittel: Vollkornprodukte(Brot, Nudeln, Müsli), Obst und Gemüse, Hülsenfrüchte(Erbsen, Linsen)
- Verdauungsanregend sind außerdem Milch und Milchprodukte, insbesondere Kefir, Joghurt und Quark enthalten Milchsäurebakterien, die sich günstig auf die Darmentleerung auswirken.
- Gemüsesäfte, wie Sauerkrautsaft haben eine abführende Wirkung
- Weizenkleie, Leinsamen, Flohsamenschalen und Backpflaumen sorgen ebenfalls für eine beschleunigte Darmassage. Wichtig ist es hierbei genug Flüssigkeit zu sich zu nehmen.

## Durchfall

Unverträglichkeiten und psychischer Stress während der Krebstherapie können nicht nur zu Verstopfungen sondern auch zu Durchfall, Blähungen und Völlegefühl führen.

- Eine möglichst ballaststoffarme Ernährung (Verzicht auf Ballaststoffreiche Lebensmittel, lieber Weißmehlprodukte)
- Gestampfte Banane, geriebener Apfel mit gebröseltem Zwieback
- Haferschleim
- Sauermilcherzeugnisse können die Darmflora aufbauen und stärken (z.B. Joghurt und Kefir)



## Kau- und Schluckbeschwerden

Insbesondere bei Krebserkrankungen, Behandlungen des Mund- und Rachenbereichs, als auch der Speiseröhre treten häufig Kau- und Schluckbeschwerden auf. Empfehlenswert ist es an dieser Stelle auf feste, krümelige und sehr trockene Speisen zu verzichten.

- Vielmehr bietet es sich an, Suppen und pürierte Speisen und Brot ohne Rinde, sowie Streichwurst und Streichkäse zu sich zunehmen.
- Reichern Sie Ihre Speisen mit Butter und/oder Sahne an, dies erhöht die Rutschfähigkeit der Speisen und liefert gleichzeitig mehr Energie.

## Entzündungen der Mundhöhle

Durch die Krebstherapie bedingt, kann es zu Beschwerden Reizungen und Entzündungen der Mundschleimhaut, des Rachens und der Speiseröhre kommen. Hilfreich kann es hierbei sein:

- Mild gewürzte- und schonend zubereitete Speisen zu verzehren
- Eiswürfel lutschen kann kurzfristig Linderung schaffen
- Mundspülungen aus Kräutertees wirken beruhigend auf die gereizten Schleimhäute
- Stark säurehaltige Lebensmittel als auch Getränke vermeiden, diese reizen die angegriffenen Schleimhäute zusätzlich
- Vermeiden Sie trockene und krümelige Lebensmittel
- Reichern sie Ihre Speisen mit Butter und/oder Sahne an, dies erhöht die Rutschfähigkeit der Speisen.

## Mundtrockenheit

Speichel hat eine ganze Anzahl von Aufgaben, weshalb die Speicheldrüsen 0,6-1,5 l Speichel pro Tag produzieren. Neben der Einleitung der Verdauung besitzt er antibakterielle Eigenschaften, die besonders wichtig für die Zahngesundheit sind. Darüber hinaus begünstigt er nicht nur das Sprechen sondern auch die Nahrungsaufnahme und sorgt für eine Intensivierung des Geschmacksempfindens.

Während der Krebstherapie kann es zu einer verminderten Speichelfluss kommen, woraus eine Mundtrockenheit resultiert.

- Nehmen Sie flüssige Speisen (Suppen, Puddings, Cremes) zu sich
- Das Lutschen von sauren (zuckerfreien) Bonbons und das Kauen von Kaugummi regt die Speichelproduktion an
- Trinken sie öfter kleine Mengen Tee (Pfefferminz-, Salbeitee max. 2 Min. Ziehzeit) und Mineralwasser
- Das Anreichern von Speisen mittels Sahne, Butter und reichlich Soße verbessert die Gleitfähigkeit
- Meiden Sie trockene und krümelige Speisen

## Ernährungstagebuch

Für Ihre Ernährung während Ihrer Krebstherapie bzw. nach Ihrer Operation bietet es sich an, ein Ernährungstagebuch anzulegen. Dieses Tagebuch erfüllt mehrere Zwecke.

Hauptsächlich dient es dazu, die jeweiligen Mahlzeiten- und was gegessen wurde einzutragen, um eventuelle Unverträglichkeiten problemlos rückverfolgen zu können. Daraus resultierend lässt sich eine Liste mit den Lebensmitteln anfertigen, die überhaupt nicht vertragen wurden. Ganz nebenbei kann das Tagebuch helfen, Sie daran zu erinnern, regelmäßige Mahlzeiten zu sich zunehmen.

So erhalten Sie einen guten Überblick über Ihre Ernährung und auch Ihr Arzt oder Ernährungsberater kann bei Auftreten von Beschwerden leichter behilflich sein.

## Literaturverzeichnis

Adolf Faller, Michael Schünke. „Der Körper des Menschen“. Thieme Verlag, 2012, 16. Auflage.

Deutsche Krebsgesellschaft. 19. 08 2019. <https://www.krebsgesellschaft.de/basis-informationen-krebs/therapieformen.html> (Zugriff am 19. 08 2019).

Hein, Lisa. netdoktor; Maltodextrin. 23. 01 2017. <https://www.netdoktor.de/medikamente/maltodextrin/> (Zugriff am 20. 08 2019).

Krebshilfe. kein Datum. <https://www.krebshilfe.de/informieren/ueber-krebs/was-ist-krebs> (Zugriff am 14. 8 2019).

Lene Stöwer und Kerstin Köhnke, DGE. Essen und Trinken bei Krebs. Herausgeber: Deutsche Gesellschaft für Ernährung e. V. S.6, 1. Auflage 2010.

Löffler, Petrides. „Biochemie & Pathobiochemie“. Springer Verlag, 2003 7. Auflage.

Onko Internetportal. 28. 08 2019. <https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/therapieformen/chemotherapie.html> (Zugriff am 29. 08 2019).

Onko Internetportal. 30. 01 2015. <https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/bewusst-leben/basis-informationen-krebs-bewusst-leben-ernaehrung/mangelernaehrung-.html> (Zugriff am 2019. 08 19).

ONKO INTERNETPORTAL, Schluckbeschwerden als Nebenwirkung einer Krebstherapie. 20. 04 2017. <https://www.krebsgesellschaft.de/onko-internetportal/basis-informationen-krebs/nebenwirkungen-der-therapie/beschwerden-bei-krebstherapien-und-gegenmassnahmen/sch.html> (Zugriff am 29. 08 2019).

Schmidt, Lang, Heckmann. Physiologie des Menschen. S.20: Springer, 31.Auflage 2010.

Stiftung Deutsche Krebshilfe. „Strahlen Therapie.“ Herausgeber: Stiftung Deutsche Krebshilfe. 01 2019. [https://www.krebshilfe.de/infomaterial/Blau\\_Ratgeber/Strahlentherapie\\_BlaueRatgeber\\_DeutscheKrebshilfe.pdf](https://www.krebshilfe.de/infomaterial/Blau_Ratgeber/Strahlentherapie_BlaueRatgeber_DeutscheKrebshilfe.pdf) (Zugriff am 30. 08 2019).

Susanne Meinrenken, Dr. med. Bremen. Deximed. kein Datum. <https://deximed.de/home/b/magen-darm-trakt/patienteninformationen/dickdarm/ernaehrungstipps-nach-einer-darm-operation/> (Zugriff am 27. 08 2019).

Autoren: Doreen Hetland und Rosemarie Neumann



### Wichtiger Hinweis

Die Erkenntnisse der Wissenschaft unterliegen fortlaufend neuen Erkenntnissen durch Forschung und Erfahrungen. Alle Mitwirkenden Personen und Institutionen haben die Inhalte des vorliegenden Werkes sorgfältig erarbeitet und geprüft. Dennoch kann keine Garantie für die Aktualität und Vollständigkeit der bereitgestellten Informationen übernommen werden. Zudem schließen wir eine Haftung für Personen-, Sach- und Vermögensschäden aus.

### Kontakt

Klinik Eckernförde

Rosemarie Neumann, Diätassistentin

Tel. 04351 882-220

E-Mail: [rosemarie.neumann@imland.de](mailto:rosemarie.neumann@imland.de)

Klinik Rendsburg

Doreen Hetland, Diätassistent, B.Sc. Ökotrophologie

Tel. 04331 200-9242

Fax 04331 200-9246

E-Mail: [doreen.hetland@imland.de](mailto:doreen.hetland@imland.de)



---

## Anfahrt

imland Klinik Rendsburg  
Lilienstraße 20-28  
24768 Rendsburg

imland Klinik Eckernförde  
Schleswiger Str. 114  
24340 Eckernförde

Weitere Informationen finden Sie bei:

[Deutsche Krebshilfe e.V](http://www.krebshilfe.de)  
[www.krebshilfe.de](http://www.krebshilfe.de)

[Deutsche Gesellschaft für Ernährung \(DGE\)](http://www.dge.de)  
[www.dge.de](http://www.dge.de)

[Dr. med. Anne Fleck](http://www.docfleck.com)  
[www.docfleck.com](http://www.docfleck.com)

Herausgeber:  
Imland GmbH  
Lilienstr. 20-28  
24768, Rendsburg  
Tel. 04331 200-2000

---