



Liebe Mitglieder,

früher war's die Makrobiotik, heute ernährt man sich ayurvedisch, kocht nach den fünf Elementen oder spart Kohlenhydrate mit Glyx und Montignac. Nach wie vor sind alternative Ernährungsformen ein Thema – auch in der Beratung. Die Autorinnen der aktuellen Ausgabe der D&I haben sich den alternativen Ernährungsformen angenommen und beleuchten die Materie kritisch.

Sabine Rotermund hat in ihrem Beitrag all das zusammengefasst, was Sie über die ayurvedische Ernährung wissen sollten (Seite 152). Lesen Sie, was Pitta-, Kapha- und Vata-Typen gut bekommt und wie die Lehre funktioniert, die dahinter steckt.

Die Traditionelle Chinesische Ernährung ist für Europäer nicht immer leicht zu durchschauen. Wandlungsphasen, Yin und Yang, die fünf Elemente – Karin Schiele fasst ab Seite 148 kurz und präzise zusammen, was diese Ernährungsform ausmacht und wie sie funktioniert.

Das Buch „Das Glyx-Prinzip“ erschien 2003, darauf folgten Montignac und weitere Diät-Ratgeber. Auflagenstark waren sie alle. Sie basieren auf der Bewertung der Kohlenhydrate bzw. des Glykämischen Index (GI). Die Schwächen des GI-Konzepts beleuchtet Franca Mangiameli in ihrem Beitrag auf Seite 155.

LOGI steht für „Low Glycemic and Insulinemic“. Warum die LOGI-Methode von immer mehr Kliniken zur Behandlung von Übergewicht eingesetzt wird, das beschreibt Heike Lemberger ab Seite 157.

Allen Autoren ein herzliches Dankeschön für ihren Einsatz!

Anja Fleischauer

Beilagenhinweis

Diese Ausgabe enthält eine Beilage vom **Waschbär Umweltversand**. Wir bitten um freundliche Beachtung.

Editorial 147

Fokus

Traditionelle Chinesische Ernährung 148

Pitta, Kapha, Vata – Was Sie über ayurvedische Ernährung wissen sollten 152

Das GI-Konzept und seine Schwächen 155

Die LOGI-Methode – ein alternatives Ernährungskonzept 157

VDD intern

Deutsches Netz Gesundheitsfördernder Krankenhäuser und VDD arbeiten zukünftig verstärkt zusammen 159

Der VDD auf dem Hauptstadt-Kongress – eine erfolgreiche Bilanz 161

Aktuelles zu Tarifentgeltsystemen 162

AG-Freiberuflichkeit – das Netzwerk wächst! 164

Neue Mitglieder / Neue Schüler-Mitglieder 166

Marktplatz

Erfahrungsbericht: VDD-Zertifikatskurs „Enterale Ernährungstherapie“ in Krefeld 167

Aktuelles aus der Adipositasstherapie 169

Abschluss des ersten Z-Kurses – Stimmen und Meinungen 171

Folat: Vortragsmaterialien zum kostenlosen Download 174

Bücher & Co. 175

Termine 177

Impressum 178