

Liebe Leserinnen und Leser,



Sportlich sein ist In. Gesunde Ernährung bedeutet Bewegung. Wer sagt, dass man nicht auch „mit vollem Magen“ einen Dauerlauf oder die tägliche Gymnastik absolvieren kann, ohne die Gesundheit zu gefährden? Das

Verdauungssystem ist sehr robust und reagiert häufig auf ganz andere Weise, als man es sich vorstellt. So spricht man vom „Leaky Gut“ als Ursache chronischer Entzündungen („Silent inflammation“) und umgekehrt... chronische Entzündung als Ursache für ein durchlässiges Verdauungssystem (Gut). Bekannt als Morbus Crohn – dem „Ekzem des Darms“: Hier werden unverdaute Proteine und größere Partikel durch die entzündete Darmschleimhaut transportiert und können als Antigene/Allergene allergisch entzündliche Reaktionen hervorrufen.

Sportlich sein bedeutet auch, dass man seine Muskeln aktiviert, die die bisher noch wenig erforschten Myokine produzieren, Geweshormone, die wiederum eine das Immunsystem regulierende – auch anti-entzündliche – Wirkung ausüben können...

Sport als Vorsorge gegen Entzündungen?

„Entzündungen und Allergien“ ist das Thema der 24. internationalen JHV des AVE e.V. am 19. Oktober 2013 im Umweltzentrum (UWZ) der Stadt Fulda. Hier sollen die Ursachen, Mechanismen und Behandlungsmöglichkeiten entzündlich allergischer Erkrankungen mit Experten aus Fulda, Deutschland und dem europäischen Ausland diskutiert werden. Neben den typischen Allergenen aus dem Ernährungsbereich werden auch Infektionskeime und Nanopartikel als Ursache für Entzündungen vorgestellt werden.

Angefangen bei Antihistaminika bis hin zur Musiktherapie gibt es ein breites Spektrum für Vorsorge und Behandlungsmöglichkeiten bei Entzündungserkrankungen und Allergien.

Diese Ausgabe der U&G soll wie jedes Jahr wieder als Tagungsband dienen und soll für das 25jährige Jubiläum des AVE im nächsten Jahr mitvorbereiten. Viel Spaß beim Lesen!

Ihr Friedhelm Diel

Impressum	74
Forum	76
Termine	77
Schwerpunkt I	
24. Jahrestagung des AVE e.V. – Tagungsbeiträge	78
• Entzündungen und Allergien von <i>Friedhelm Diel</i>	
• Einflüsse technischer Nanopartikel (NP) auf die Schwere der systemischen Anaphylaxie in Ratten von <i>Roman Khanferyan</i>	
• Chronisch entzündliche Darmkrankheiten - M. <i>Crohn</i> , Colitis ulcerosa und Darmflora von <i>Andreas Steneberg</i>	
• „Leaky gut“ als Ursache chronischer Entzündungen „Silent Inflammation“ von <i>Ulrich Kraft</i>	
• Vermeidung von Entzündungen von <i>Hans-Jürgen Schubert</i>	
• Kann rezeptive Musiktherapie (rMT) bei entzündlichen Erkrankungen helfen? von <i>Crispin Gigante Perez</i>	
Fallbeispiel	82
• Leben mit Morbus <i>Crohn</i>	
Interview	83
• Fortschritte der Allergie- und Asthmaforschung kommen beim Patienten nicht an Interview mit Prof. Dr. <i>Monika Raulf-Heimsoth</i>	
Schwerpunkt II	85
• Ernährung auf Basis von Fleisch, Milch und Zucker: Bis zu 27-mal höhere Prostatakrebssterblichkeit von <i>Ludwig Manfred Jacob</i>	
Allergie aktuell	90
• Allergikerfreundliche Kommunen und Regionen in Deutschland	
Kinder Umwelt Gesundheit	91
• Asthma bei Kindern	
• Nichts für Kindernasen: Dicke Luft in Schul- und Wohnräumen	
Mensch und Gesellschaft	93
• Teamdynamik	
• Soziale Phobie	
Infotipps	94
Bücher	95
Forschung aktuell	96
• Krankheitsverursacher Antibiotika-Therapie	
• Darmflora und Gewichtszunahme	
• Fördert zu viel Salz die Entstehung von Autoimmunerkrankungen?	
Umwelt aktuell	99
• Schreckgespenst EEG-Umlage und das Märchen vom billigen Atomstrom	
Ernährung aktuell	100
• „Gentechnik“ in Biokost – CMS-Hybride	
• Transfettsäuren – Welche Rolle spielen sie in der Ernährung?	
• Die Milch-Revolution – von der Jungsteinzeit bis heute	
• Klonfleisch	
• Wildobst – Kornelkirsche, Berberitze und Hagebutte	
Heilpflanzen	104
• Artischocke – <i>Cynara cardunculus L. ssp. flavescens WIKL. (Cynara scolymus)</i>	