

Sag mir was du isst und ich sage dir wer du bist...

Bei Einschalten ihres Fernsehapparates oder beim Eintauchen ins wundervolle «world wide web» werden Sie mit grosser Wahrscheinlichkeit auf Beiträgen zum Thema Ernährung stossen. Im wahrsten Sinne liegt bei uns im westlichen Europa die Ernährung in aller Munde, vornehmlich was deren Überfluss und Qualität anbelangt.

Was für unsere Vorfahren galt, ist noch heute in der dritten Welt Realität; sie verbrachten die meiste Zeit ihres Daseins in der Nahrungsbeschaffung. In unseren Breitengraden erlaubt uns der Wohlstand die Nahrungsmittel gezielt auszusuchen, angeblich um einen optimalen Gesundheitszustand und das damit verbundene verlängerte Überleben zu favorisieren. Es gab Zeiten in denen sämtliche Fette und auch das Cholesterin als Krankmacher verschrien wurden. Im Laufe der Zeit und mit wachsenden wissenschaftlichen Kenntnissen mussten die Meinungen zwangsläufig revidiert werden, denn es gibt die «guten» und die «schlechten» Fette, so wie das Cholesterin einen wichtiger Bestandteil der Zellwände bildet. Auch beim Alkohol gab es viele negative

Stimmen bis der kardiovaskuläre protektive Effekt des Rotweines entdeckt wurde.

Es gibt Menschen die versuchen durch selektionierte Nahrungsmittel einen optimalen Gesundheitszustand längerfristig zu sichern. Aus kulturellen Gründen und ökonomischen Überlegungen

«... jährlichen Rekordgewinnen, was sich auf die Nahrungsmittelsicherheit und -qualität auswirkt ...»

etablierte sich parallel dazu eine gegenteilige Entwicklung mit billigen fett- und kalorienreichen Nahrungsmittel, die breit diffundiert zu einer explosionsartigen Zunahme der Fettleibigen in unseren westlichen Ländern bei Erwachsenen und Kindern geführt hat. Unser Wohlstand heimst uns also zusätzliche Gesundheitsprobleme ein!

Wiederum Andere haben sich der Schönheit verschrieben und schränken sich in Ihrer täglichen Ernährung derart ein, dass die «body mass»-Indices ins bodenlose sinken. Dies betrifft vor allem junge Frauen, die sich an die anorektischen Silhouetten der Fotomodelle halten. Ein weiterer Aspekt bildet die Nahrungsmittelindustrie mit ihren jährlichen Rekordgewinnen, was sich auf die Nahrungsmittelsicherheit und -qualität auswirkt. Wir erinnern an die Nahrungsmittelskandalen mit dioxinversuchten Hühnern, mit unzulässigen Pestizidkonzentrationen im Gemüse und DDT – Anreicherung der Ernährungskette. Zudem werden wir zunehmend mit genetisch modifizierter Nahrung

konfrontiert, was ökonomische und ideologische Auseinandersetzungen zu Folge hat. In dieser Unsicherheit finden selbsterkorene Ernährungsspezialisten und Scharlatane Anhängerscharen, die sich beispielsweise ausschliesslich von Oligoelementen oder essentiellen wunderbringenden Ölen ernähren. Auch finden sich in beinahe jedem Frauenmagazin mehr oder weniger einschränkende Diäten, deren Effekt wissenschaftlich auf wackligen Füssen stehen.

In diesem Urwald von Informationen ist es schwierig den Überblick zu behalten, weshalb wir den diesjährigen Quadrimed-Kongress unter das Motto «Wir sind was wir essen» gestellt haben. Wir hoffen, dass die Teilnehmer des diesjährigen Quadrimed-Kongresses neue Inputs über eine gesunde Ernährung erhalten werden und dass dogmatische Ernährungsprinzipien hinterfragt werden.



Wissenschaftliches Kommittee (von links nach rechts): Frau Elvire Crettol, Drs Jean-Georges Frey, Claude Vaney, Werner Karrer, Isabelle Rittmeyer, Pr Jean-Marie Tschopp, Dr Olivier Berclaz, Frau Mady Michel, Drs Helena Shang Meier und Stephan Eberhard.

Abwesend: Drs Christian Eggs, Romeo Providoli und Jean-Marie Schnyder

Dr Jean-Georges Frey
Kongresspräsident 2011