

Einführung

Liebe Leserinnen und Leser!

Das vorliegende Kochbuch ist speziell auf die Ernährung bei chronischer Nierenerkrankung ausgerichtet.



Zu Beginn erhalten Sie in Kurzform Hinweise für Ihren Besuch beim Nephrologen. Der Nierenspezialist weiß, worauf es bei Ihnen im Einzelnen ankommt und wird Ihnen hilfreich zur Seite stehen. Gut informiert können Sie sich mit dem eigenen Krankheitsbild besser auseinandersetzen und Ihr Wohlergehen fördern.

Der Hauptteil des Buches vermittelt diätetisches Grundwissen und präsentiert Ihnen die besten Rezepte aus der Mitglieder-Zeitung des Bundesverbandes Niere e.V.

Die Gerichte sind nicht nur lecker und beliebt, sie sind auch einfach zuzubereiten.

Die Nährwertangaben beziehen sich jeweils auf eine Portion. Im Anschluss an die Rezepte erfahren Sie unter „Besondere Hinweise“, wie Sie das jeweilige Rezept in allen Stadien bzw. bei allen Behandlungsformen der chronischen Nierenerkrankung anwenden können. Meistens handelt es sich, wenn überhaupt, nur um kleine notwendige Veränderungen. Mit dieser Hilfe können Sie die mit dem Arzt abgesprochenen Ernährungsziele sicher in die Praxis umsetzen.

Gestalten Sie Ihren täglichen Speiseplan möglichst vielfältig. Probieren Sie Neues aus und beziehen Sie Ihre eigenen Vorlieben bzw. Lieblingsgerichte ein.

Machen Sie sich die bunte Welt einer vielfältigen Lebensmittelauswahl zu eigen. Verleihen Sie Ihrem Alltag mehr Genuss und Lebensfreude.

Huberta Eder
Diät-Lehrassistentin am Universitätsklinikum Gießen