

Hereditäre Fructoseintoleranz und Fructose-Malabsorption

In seinem Ratgeber „Hereditäre Fructoseintoleranz und Fructose-Malabsorption“ beleuchtet der Autor Martin Sacherl als Selbstbetroffener sehr anschaulich das Krankheitsbild, die Diagnostik und liefert Hinweise für die Ernährungstherapie.

Zu Beginn findet der Leser eine Übersicht über ähnliche Krankheitsbilder, darunter Laktoseintoleranz, Zöliakie, Reizdarmsyndrom und Lebensmittelallergien. Detailliertes Hintergrundwissen zur hereditären Fructoseintoleranz und Fructose-/Sorbit-Malabsorption, insbesondere Symptomatik, Behandlung und Diagnostik folgen in einem eigenen Kapitel. Weiter erläutert der Autor die Grundlagen der Ernährung und gibt umfangreiche Hinweise für die Ernährungstherapie mit Lebensmittellisten, beispielhaften Speisenplänen und Rezepten. Auch Fragen zu Alltagssituationen und besonderen Ereignissen werden erörtert. Es finden sich Erfahrungsberichte aus unterschiedlichen Lebenssituationen u. a. zu Schwangerschaft, Arztbesuchen, Schul- und Jugendzeit sowie zum Berufsleben.

Praktisch sind die zusätzlichen Informationen im Anhang mit weiterführenden Adressen, Sachregister, Stichwortverzeichnis für Rezepte und Literaturverzeichnis. Durch die inhaltliche Struktur und das umfangreiche Stichwortverzeichnis eignet sich der Ratgeber auch gut als Nachschlagewerk.

Ein praxisnahes und übersichtliches Handbuch von Betroffenen für Betroffene mit Fructoseintoleranz.

Sacherl, Martin

Selbsthilfegruppe hereditäre Fructoseintoleranz (HFI)

Münsingen: Wolfgang Wiedemann, 2007

ISBN: 978-3-00-021754-8, 182 S.

25,00 €

Zu bestellen unter: <http://www.fructoseintoleranz.de/buch5eu.htm>