

**Gemeinsame Pressekonferenz der DGK Deutsche Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde, der Universität Mainz (Poliklinik für Zahnerhaltung und Parodontologie) und der Aktion zahnfreundlich e.V. am 07. Oktober 2004 in Mainz**

*Auszug aus dem Autoreferate-Band zur 11. Jahrestagung der Deutschen Gesellschaft für Kinderzahnheilkunde gemeinsam mit der Aktion zahnfreundlich e. V., Wissenschaftliches Programm, 1. Hauptthema: Fehlernährung im Kindesalter*

**Das Ernährungsverhalten der Deutschen – Ist-Zustand und Probleme**

Seit den 50-er Jahren des 20. Jh. beobachtet man parallel zu wachsendem Wohlstand eine enorme Häufung von chronisch-degenerativen Erkrankungen, wie Übergewicht, Diabetes und Herz-Kreislaufkrankungen.

Ein Grossteil dieser Krankheiten lässt sich pathophysiologisch und epidemiologisch auf eine Entgleisung des Stoffwechsels durch anhaltende Fehlernährung kombiniert mit Bewegungsmangel zurückführen. Sie sind dementsprechend vermeidbar und der Prävention zugänglich. Die deutsche Durchschnittsernährung enthält zuviel an Energie und Nahrungsfett, wobei letzteres ersteres mitbedingt. Zudem werden zu viel gesättigte und n-6- sowie zu wenig n-3-Fettsäuren und zu wenig Ballaststoffe und Jod verzehrt. Der übermäßige Kochsalzkonsum trägt zur Manifestation des Hypertonus bei.

Die hohe Prävalenz von Karies legt einen zu hohen Konsum von kariogenen Kohlenhydraten bei Teilen der Bevölkerung nahe. Übersetzt man dieses auf die Ebene der Lebensmittel, so lässt sich schlussfolgern, dass eine stärkere Betonung von Lebensmitteln pflanzlicher Herkunft zu Lasten solcher tierischen Ursprungs eine Leitlinie darstellt, die eine Besserung des Gesundheitszustands der Bevölkerung erwarten lässt.

Dies wird durch Befunde unterstrichen, die eine Minderung des Risikos für maligne Erkrankungen durch eine vegetabilisch akzentuierte Ernährung untermauern.

**Prof. Dr. Christian A. Barth**

*Em. Professor für Ernährungsmedizin*

*Universität Potsdam*

*Wiss. Direktor Deutsches Institut für Ernährungsforschung i. R.*

[barth@mail.dife.de](mailto:barth@mail.dife.de)

Alle Rechte wie Nachdruck auch von Abbildungen, Vervielfältigungen jeder Art, Vortrag, Funk, Tonträger- und Fernsehsendungen sowie Speicherungen von Datenverarbeitungsanlagen auch auszugsweise, behält sich die Quintessenz Verlags-GmbH, Berlin, vor.