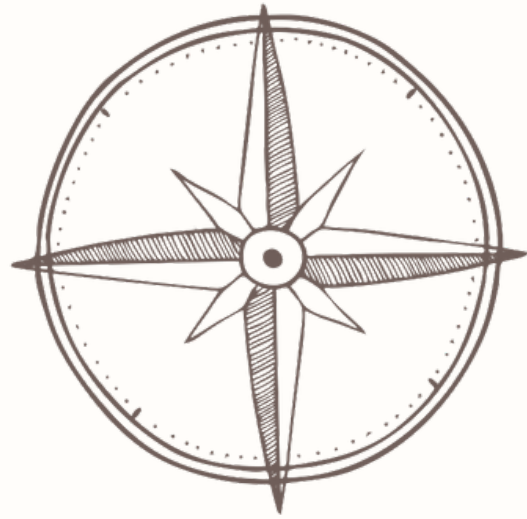


Was essen
bei Krebs?



Vegetarische und vegane Ernährung

in der Onkologie

19. Juni 2026

Prof. Luzia Valentini
Carina Eckhardt M.Sc



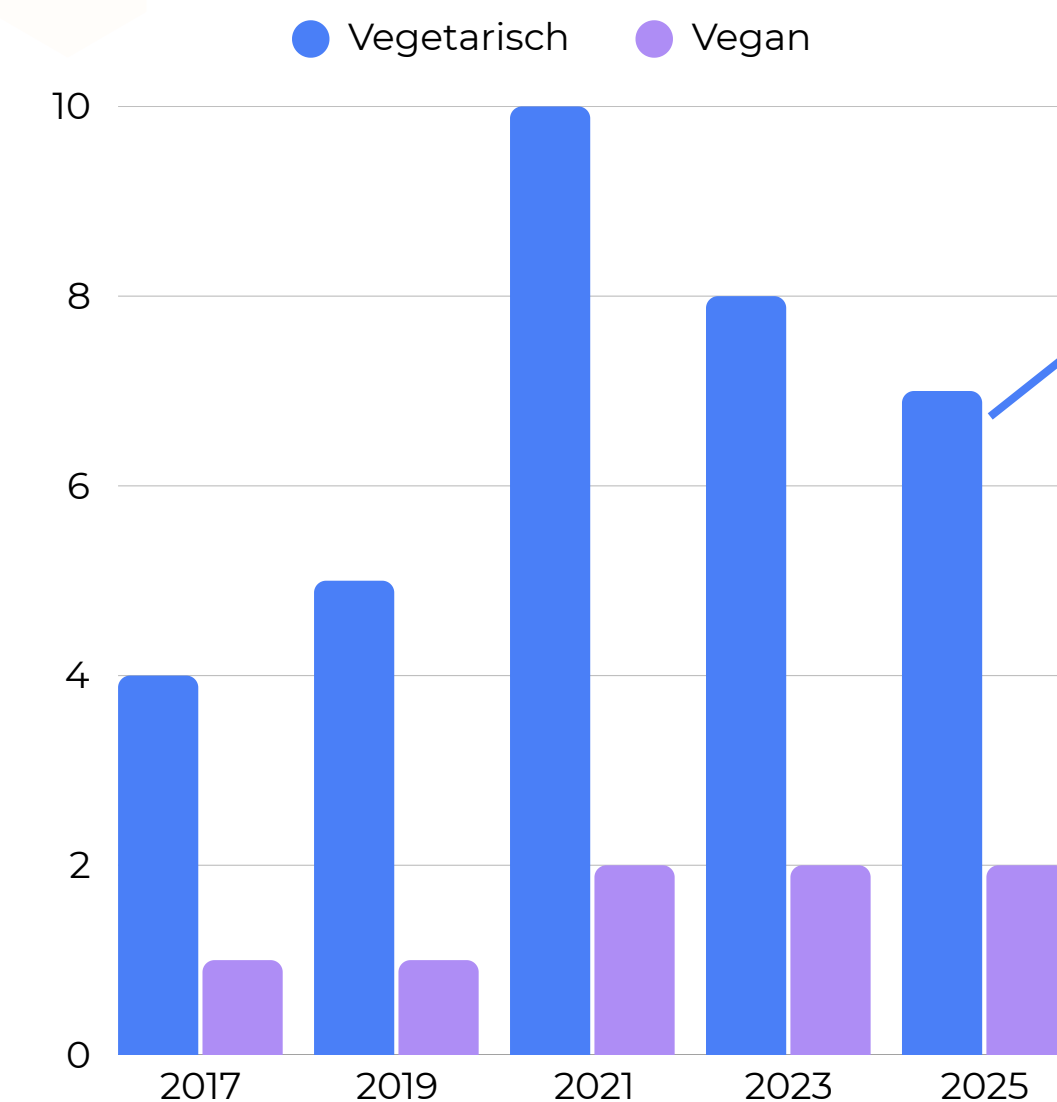
Agenda

- Entwicklung der veganen und vegetarischen Ernährung
- Mythen: Fleisch, Milch- und Milchprodukte, UPFs
- Eiweiß und andere kritische Nährstoffe
- Produktübersicht zur Ergänzung: oral, enteral, parenteral
- Empfehlungen zur praktischen Umsetzung



Anteil Vegetarier & Veganer

in %





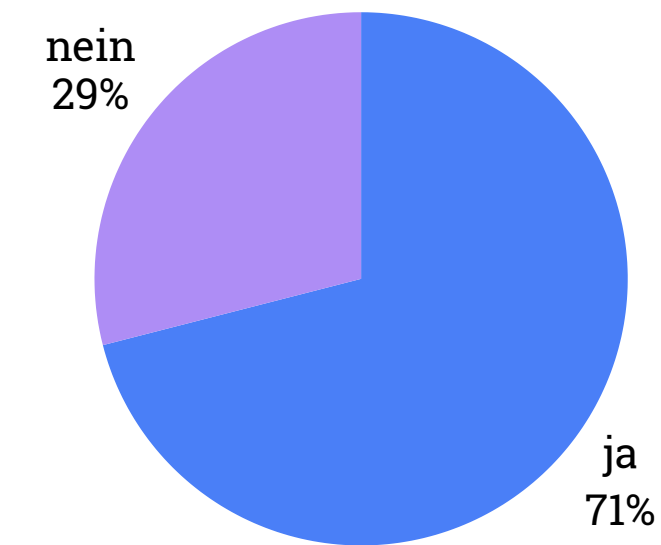
Essverhalten nach der Diagnose

Studie mit ambulanten onkologischen Patienten (n=311) am Uniklinikum Würzburg

- Ernährung hat für **64 %** einen **hohen Stellenwert**
- **38 %**



Informationsquellen



Suche nach Ernährungs-



Was braucht der Körper gerade?

Für viele ist eine Umstellung auf “gesunde Ernährung” problematisch.



Eine Umstellung der Ernährung soll
nicht mit dem Ziel gemacht
werden, das **Tumorstadium** zu
verlangsamen oder die
Erkrankung zu heilen





Fleisch

- Es gibt keine Empfehlung dafür, den Verzehr während der Erkrankung einzuschränken
- Wichtig zur Deckung des Bedarfs an Eiweiß, Eisen, Zink und Vitamin B12

In der Prävention



Milch und Milchprodukte

- Es gibt keine Empfehlung dafür, den Verzehr während einer Erkrankung einzuschränken
- Helfen den erhöhten **Eiweißbedarf** zu decken. (+ Energie, Calcium, Vitamin B12 und Jod)



Für die Praxis

Vegetarische / vegane Ernährung während der Therapie

- nicht generell empfehlen
- wenn sich jemand so ernähren möchte, dann ist eine

Jegliche Supplementierung muss
ärztlich besprochen werden!





Fragen



