

## Pressemitteilung

SRH Hochschule für Gesundheit

SRH Hochschule für Gesundheit

01.02.2022

<http://idw-online.de/de/news787641>

Buntes aus der Wissenschaft, Studium und Lehre  
Biologie, Chemie, Ernährung / Gesundheit / Pflege, Medizin  
überregional



## Machen uns Kohlenhydrate krank?

**Prof. Dr. Dorothea Portius von der SRH Hochschule für Gesundheit hält Antrittsvorlesung zum Ernährungsmythos Kohlenhydrate.**

„Kohlenhydrate werden seit mehreren Jahren als ‚Dickmacher‘, ‚Krankmacher‘ und sogar als ‚Entzündungsauslöser‘ bezeichnet. Dabei waren kohlenhydrathaltige Lebensmittel wie Brot, Getreide und Kartoffeln für unsere Vorfahren wichtige Energielieferanten und standen zu jeder Mahlzeit im Mittelpunkt. Heute versucht man diese Lebensmittel durch Eiweiße oder Fette auszutauschen oder gar vom Speiseplan zu streichen“, erläutert Prof. Dr. Dorothea Portius, Studiengangsleiterin im Bachelor-Studiengang Ernährungstherapie und -beratung an der SRH Hochschule für Gesundheit am Campus Gera.

In ihrer kostenfreien Online-Antrittsvorlesung zum Thema „Machen uns Kohlenhydrate krank?“ am 24. Februar 2022 um 17:30 Uhr widmet sich Prof. Dr. Dorothea Portius ausführlich dem Mythos Kohlenhydrate und beleuchtet die Frage, ob es uns durch den Verzicht auf diese wirklich besser geht. Dabei wird sie nicht nur über die „guten“ und die „schlechten“ Kohlenhydrate aufklären, sondern auch darüber, warum sie für unsere Körperfunktionen unabdingbar sind und warum unsere Darmbakterien ohne sie nicht leben können. Damit verweist die Veranstaltung bereits auf den März, der ganz unter dem Motto „Food and Mood: Wie Ernährung unser Wohlbefinden beeinflusst“ stehen wird. Die SRH Hochschule für Gesundheit feiert ihr 15-jähriges Bestehen 2022 mit einem Themenjahr, ganz im Zeichen von „365 Tage Leidenschaft für Gesundheit“.

Als ganzheitliche Ernährungstherapeutin mit eigener Praxis in Leipzig berät Prof. Dr. Dorothea Portius Klient:innen dazu, wie sie durch die richtige Ernährung und Bewegung Krankheiten verhindern und sogar bekämpfen können. Dieses Wissen gibt sie als Professorin auch an angehende Ernährungsberater:innen und Ernährungstherapeut:innen weiter. Studierende lernen im NC-freien Bachelor-Studiengang Ernährungstherapie und -beratung an der SRH Gesundheitshochschule am Campus Gera und am Campus Rheinland in Leverkusen alles rund um die Zusammensetzung und Wirkungsweise unserer Ernährung.

Dabei wird von Anfang an nicht nur Fachwissen sowie Methodenkompetenz vermittelt, sondern mit zahlreichen praxisnahen Projekten auch der Weg für die Arbeit als Ernährungstherapeut:in geebnet. Prof. Dr. Dorothea Portius ergänzt: „Wir verfolgen mit unserer Lehre einen interdisziplinären Ansatz. Aspekte der Biologie, Chemie und Medizin fließen ebenso ein wie Aspekte der Psychologie und Betriebswirtschaft. Durch diese besondere Kombination der Kenntnisse sind unsere Studierenden nach ihrem Abschluss in der Lage, ernährungsbedingte Krankheiten zu erkennen, zu verstehen und zu behandeln.“

Interessierte, die mehr zum Mythos Kohlenhydrate erfahren möchten, können sich für die kostenfreie Online-Antrittsvorlesung am 24.02.2022 um 17:30 Uhr ab sofort unter [events.hsge@srh.de](mailto:events.hsge@srh.de) anmelden.

wissenschaftliche Ansprechpartner:

<https://www.srh-gesundheitshochschule.de/unsere-hochschule/hochschulteam/dorothea-portius/>

