

Press release

SRH Hochschule für Gesundheit SRH Hochschule für Gesundheit

02/15/2022

<http://idw-online.de/en/news788384>

Miscellaneous scientific news/publications
Medicine, Nutrition / healthcare / nursing
transregional, national



Wie Ernährung unsere Gesundheit beeinflusst

Prof. Dr. Dorothea Portius von der SRH Hochschule für Gesundheit mit Erfolgsgeschichte aus ihrer Praxistätigkeit zu Gast bei „MDR um 11“.

„Die Ernährung hat großen Einfluss auf unsere Lebensqualität und unser Energielevel. Wachstum, Entwicklung und Leistungsfähigkeit können durch gesundheitsförderndes Essen und Trinken ebenso gezielt unterstützt werden wie das allgemeine psychische und physische Befinden. Wie stark dieser Einfluss ist, sehe ich regelmäßig bei meinen Patient:innen. Auch wenn der Anfang schwer ist, so verspüren sie bereits nach 2 bis 3 Monaten mehr Energie und können ihre Medikamentendosis reduzieren oder sogar absetzen“, schildert Prof. Dr. Dorothea Portius, praktizierende Ernährungstherapeutin und Studiengangsleiterin im Bachelor-Studiengang Ernährungstherapie und -beratung an der SRH Hochschule für Gesundheit am Campus Gera.

In der Sendung „MDR um 11“ wird am 16. Februar 2022 ein Beitrag über eine ihrer Patient:innen ausgestrahlt. Die Patientin kam mit Übergewicht, Bluthochdruck und starken Refluxbeschwerden. Innerhalb eines halben Jahres konnte sie ihre Blutdrucktabletten auf eine minimale Dosis reduzieren. Zudem waren ihre Refluxbeschwerden verschwunden, sie hatte mehr Energie und musste ihren Kleiderschrank aufgrund von erheblicher Gewichtsabnahme komplett neu bestücken. Diese Erfolgsgeschichte zeigt, wie die eigene Gesundheit und das Energielevel davon abhängen, was man in den Körper gibt und wie man ihn behandelt.

Ihr Wissen darüber gibt Prof. Dr. Dorothea Portius auch als Professorin an der SRH Hochschule für Gesundheit an angehende Ernährungsberater:innen und Ernährungstherapeut:innen weiter. Studierende lernen im NC-freien Bachelor-Studiengang Ernährungstherapie und -beratung an den Campus in Gera und Rheinland in Leverkusen alles rund um die Zusammensetzung und Wirkungsweise unserer Ernährung. Dabei wird von Anfang an nicht nur medizinisches und ernährungstherapeutisches Fachwissen sowie Methodenkompetenz vermittelt, sondern auch mit zahlreichen praxisnahen Projekten wissenschaftlich fundiert und durchdacht der Weg für die Arbeit als Ernährungstherapeut:in geebnet. Damit sind die Studierenden nach ihrem Abschluss in der Lage, ernährungsbedingte Krankheiten zu erkennen, zu verstehen und zu behandeln.

Einen besonderen Fokus auf das Thema Ernährung legt die SRH Hochschule für Gesundheit, die ihr 15-jähriges Bestehen 2022 mit dem Themenjahr „365 Tage Leidenschaft für Gesundheit“ feiert, im März. Der Monat wird ganz unter dem Motto „Food and Mood: Wie Ernährung unser Wohlbefinden beeinflusst“ stehen. Zahlreiche Veranstaltungen hierzu sind geplant.

Sie möchten mehr zum Bachelor-Studiengang Ernährungstherapie und -beratung sowie zu geplanten Aktionen erfahren?

Interessierte können sich bereits jetzt den Gesundheitsdenkertag am 27. April 2022 vormerken.

contact for scientific information:

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

