



Fastfood-Generation sitzt immer öfters im Wartezimmer

Von *Sabine Beuke*

Erstellt am 28 Apr 2014 - 14:29

Wenn der Hunger kommt, bevorzugen viele Jugendliche eine schnelle Mahlzeit auf die Hand und selbstverständlich eine große Cola „to go“ - Schokolade und Chips ersetzen die Zwischenmahlzeiten - Die Fast Food Generation ist geboren. Junge Leute setzen somit ihre Gesundheit aufs Spiel, kaum einer von ihnen denkt darüber nach, welche Krankheiten durch falsche Essgewohnheiten entstehen können.

Wen wundert es, wenn immer mehr junge Menschen über das zunehmende Gefühl des Unwohlseins klagen. Viele Arztpraxen verzeichnen in den letzten Jahren einen Anstieg an Patienten, die zu der Gruppe „Fastfood-Generation“ gehört. Ihre Blutwerte seien katastrophal, so die Aussage eines Bremer-Mediziners.

Aber woran liegt es, dass falsche Essgewohnheiten sich ausbreiten? Heutzutage wird in immer weniger Familien gemeinsam gegessen, geschweige denn frisches Essen am Herd zubereitet. Die Mikrowelle kommt in der Küche viel eher zum Einsatz und ist somit ein wichtiger Bestandteil zum Aufwärmen von industriell produzierter Fertignahrung. Hier spielen die Eltern eine fatale Rolle, sie geben ihren Sprösslingen eine falsche Ernährungserziehung mit auf ihren zukünftigen Lebensweg. Heranwachsende können beim Auszug aus dem elterlichen Haus nicht einmal ihre eigenen Kochlöffel schwingen. Somit schließt sich der Fastfood-Kreislauf mit fatalen Folgen für die Gesundheit.

Die Autorinnen Schütz und Beuke, beide in Sachen gesunder Ernährung in verschiedenen Medien unterwegs, haben sich zur Aufgabe gemacht Ernährungswissensdefizite auszugleichen. Sie möchten als Selbstbetroffene (Diabetes Typ 2 und Reizdarm), durch eigene Ernährungsfehler Aufklärung leisten und die junge Generation aufrütteln und zum Nachdenken bewegen. Ihre Bücher sind in der Fachwelt von einigen Ernährungsmedizinern bekannt, die sich mit der Thematik „kohlenhydratarmer Ernährung“ beschäftigen und mittlerweile sogar weiterempfehlen. Weitere Informationen über falsche Ernährungsweisen und dessen Folgen finden Sie auf folgenden Webseiten: Autorin Sabine Beuke - Low Carb - Kohlenhydratarmer Ernährung beim Reizdarmsyndrom. <http://www.sabinebeuke.de> [1] und auf der Autorensseite von Jutta Schütz. <http://www.jutta-schuetz-autorin.de> [2]

Foto: Rainer Sturm/ pixelio.de

Pressekontakt

Sabine Beuke

Kasseler Str. 46

28215 Bremen

E-Mail: info.beuke@gmail.com [3]

- [Gesundheit und Vorsorge](#)

Quellen URL (aufgerufen am 31 Dez 2020 - 08:08): <http://www.medkom24.eu/node/19055>



Fastfood-Generation sitzt immer öfters im Wartezimmer

Veröffentlicht auf medcom24 (<http://www.medkom24.eu>)

Links:

[1] <http://www.sabinebeuke.de>

[2] <http://www.jutta-schuetz-autorin.de>

[3] <mailto:info.beuke@gmail.com>