

19/2020 - Ernährung bei Psoriasis

## **Ernährung bei Psoriasis**

Mit einer ausgewogenen und gesunden Ernährung kann die Gesundheit verbessert, das Wohlbefinden gesteigert und Krankheiten wie starkes Übergewicht bekämpft werden. Doch hat Ernährung auch spezifische Auswirkungen auf die Psoriasis? Die Studien dieser Woche beschäftigten sich mit Gluten und der Mittelmeerdät. In einer Studie untersuchten die Wissenschaftler den Einfluss der als entzündungshemmend geltenden Mittelmeerdät auf die Psoriasis-Arthritis. Wissenschaftler einer zweiten Studie untersuchten, ob Gluten, das in Weizen oder Dinkel vorkommt, das Risiko für Psoriasis erhöht.

Hier die Beiträge der letzten Woche:

- [Kein erhöhtes Risiko für Psoriasis bei glutenreicher Ernährung](#)
- [Mittelmeerdät könnte positiv auf Psoriasis-Arthritis wirken](#)