

21/2019 - Ernährung

Ernährung

Die richtige Ernährung ist ein wichtiger Baustein bei vielen Erkrankungen. Welche Ernährungsform die richtige ist, ist jedoch nicht immer eindeutig. Eine Studie untersuchte jetzt das Intervallfasten, wie es auch beim muslimischen Fastenmonat Ramadan durchgeführt wird: tagsüber wird gefastet, nachts darf gegessen werden. Das Intervallfasten könnte möglicherweise Entzündungen eindämmen. Eine andere Studie vermittelte einen Überblick über Studien zum Thema Ernährung. Dabei ging es um Nahrungsergänzungsmittel, Diäten und Übergewicht.

Hier die Studien im Detail:

- [Intervallfasten bei Psoriasis-Arthritis](#)
- [Ernährung bei Psoriasis und Psoriasis-Arthritis - eine Übersichtsstudie](#)