Vorwort zur 6. Auflage

Mit der 6. Auflage der Ernährungsmedizin liegt ein umfassend überarbeitetes und aktualisiertes Werk vor, das den aktuellen Stand von Wissenschaft und klinischer Praxis abbildet. Seit dem Erscheinen der 5. Auflage haben sich zahlreiche Entwicklungen ergeben, die das Fachgebiet inhaltlich und methodisch erweitert haben. Ernährung ist längst nicht mehr nur ein Aspekt der individuellen Lebensführung oder ein Teilbereich der Prävention und Therapie – sie ist zu einem zentralen Thema medizinischer, gesellschaftlicher und ökologischer Diskussion geworden.

Die Bedeutung der Ernährung für Prävention, Therapie und Rehabilitation ist heute unbestritten. Gleichzeitig hat sich der Blick auf Ernährung gewandelt: Neben den medizinischen und physiologischen Aspekten rücken zunehmend auch Fragen der Nachhaltigkeit, der sozialen Verantwortung und der individuellen Ernährungsgestaltung in den Vordergrund. Ernährungsmedizin steht damit an der Schnittstelle zwischen individueller Gesundheit und gesellschaftlicher Entwicklung. Gleichzeitig rückt der individuelle Zugang zur Ernährung stärker in den Vordergrund. Entwicklungen in der personalisierten Medizin, Fortschritte in der Mikrobiomforschung, der Einsatz digitaler Technologien in Ernährungsberatung und -monitoring sowie die zunehmende Vielfalt individueller Ernährungsformen – von vegetarischen und veganen bis zu ketogenen oder entzündungshemmenden Ernährungskonzepten – fordern neue Ansätze in Wissenschaft und Praxis.

Die 6. Auflage berücksichtigt neue Leitlinien, wissenschaftliche Erkenntnisse und klinische Erfahrungen, die seit der letzten Auflage veröffentlicht wurden. Zahlreiche Kapitel wurden vollständig überarbeitet, erweitert oder neu hinzugefügt. Dabei lag besonderes Augenmerk auf einer klaren Darstellung der evidenzbasierten Grundlagen und ihrer praktischen Umsetzung in der medizinischen Versorgung. Im Vordergrund steht dabei die Praxisrelevanz: Beschreibungen konkreter klinischer Situationen, Hinweise für die Praxis evidenzbasierte Empfehlungen und klinische Entscheidungshilfen sollen den Wissenstransfer in den Alltag erleichtern.

Neue Themen wie die Ursachen und Folgen von Ernährungsarmut und krankheitsbedingter Mangelernährung sowie die zunehmende Vielfalt individueller Ernährungsformen als Weltanschauung oder die Kostformen in Krankenhaus und Reha spiegeln den aktuellen Stand des Faches wider. Ernährung bei psychischen Erkrankungen oder bei COVID-19 zeigt das zunehmende Potenzial einer ausgewogenen und gesunden Ernährung. Ebenso finden Aspekte einer nachhaltigen und ressourcenschonenden Ernährung Berücksichtigung, die für die Zukunft der Ernährungsmedizin zunehmend wichtig sind.

Allen Autorinnen und Autoren danken wir herzlich für ihre Mitarbeit und ihr Engagement. Durch ihre Expertise ist es gelungen, dieses Werk erneut als zuverlässige und praxisorientierte Referenz für alle Bereiche der Ernährungsmedizin zu gestalten – in Forschung, Lehre und klinischer Anwendung.

Unser Dank gilt auch dem Team des Thieme Verlags, besonders Frau Dr. Bouché für die professionelle und geduldige Unterstützung bei der Umsetzung dieser Auflage und die langjährige, vertrauensvolle Zusammenarbeit.

Wir wünschen allen Leserinnen und Lesern eine gewinnbringende Lektüre, Inspiration für die tägliche Praxis und die Motivation, Ernährungswissen verantwortungsvoll und mit Weitblick einzusetzen. Denn Ernährungsmedizin ist – mehr denn je – ein Fach, das Brücken schlägt: zwischen Wissenschaft und Alltag, zwischen Individuum und Gesellschaft, zwischen Gesundheit und Nachhaltigkeit.

Stuttgart, Februar 2026

Hans Konrad Biesalski
Stephan C. Bischoff
Matthias Pirlich
Arved Weimann

aus: Biesalski u.a., Ernährungsmedizin (ISBN 9783132445956) © 2026 Georg Thieme Verlag KG Stuttgart • New York