

STUDIE SUCHT SCHWANGERE VEGANERINNEN UND MISCHKÖSTLERINNEN

Wie gesund ist eine pflanzliche Ernährung während der Schwangerschaft - und wie unterscheidet sie sich aus gesundheitlicher Sicht von einer omnivoren Ernährung?

Die Wissenschaft kennt auf solche Fragen bislang keine konkreten, detaillierten Antworten.

Um genauere Aussagen über die Nährstoff-Versorgung (und weitere Gesundheitsparameter) bei verschiedenen Ernährungsformen treffen zu können, sucht das Institut für alternative und nachhaltige Ernährung ("IFANE") nach Teilnehmerinnen für die Teilnahme an einer Studie.

>>> [Vegan leben in der Schwangerschaft](#)

An der "Preggie"-Studie ("Pregnant and Veggie") können Veganerinnen und auch Mischköstlerinnen teilnehmen.

Die Voraussetzungen für die Teilnahme an der Preggie-Studie sind:

- Schwangerschaft vor der 12. Woche
- Alter 18-39 Jahre
- seit mindestens 2 Jahren vegane oder mischköstliche Ernährung

Bei der Teilnahme wird ein Verzehr-Protokoll erstellt. Außerdem werden die Studienteilnehmerinnen zu Beginn und gegen Ende der Schwangerschaft ins Labor gebeten, um ihre Blutwerte zu bestimmen.

>>> [Säuglingsernährung: Ist Muttermilch / Stillen vegan?](#)

Die "Preggie"-Studie soll dazu beitragen, mehr Fakten rund um die Unterschiede verschiedener Ernährungsformen zu erlangen. Und Fakten sind das beste Mittel gegen Vorurteile.

Als Dankeschön erhalten die Teilnehmerinnen eine ernährungswissenschaftliche Beurteilung des Ernährungsprotokolls und der Blut- und Urinproben. Sie tragen durch ihre Teilnahme dazu bei, wissenschaftliche Erkenntnisse zu erheben. Außerdem werden mehrere Gutscheine unter allen Teilnehmerinnen verlost.

>>> [Hol dir kostenlos unseren **veganen Newsletter**](#)

Die Studie wird nach Angaben des Instituts zu großen Teilen von der Krankenkasse BKK Provita finanziert.

Quelle: Vegpool - Veröffentlichung: 03.06.2020

[*https://www.vegpool.de/news/preggie-studie-sucht-teilnehmerinnen.html*](https://www.vegpool.de/news/preggie-studie-sucht-teilnehmerinnen.html)

Schwangere Probandinnen für Ernährungsstudie gesucht

Na klar, eine gesunde Ernährung während der Schwangerschaft ist wichtig. Aber was bedeutet das eigentlich? Eine Studie, an der sich auch das Gemeinschaftskrankenhaus beteiligt, will das herausfinden - und sucht Probandinnen.

HERDECKE. Die Schwangerschaft ist eine ganz besondere Lebensphase. Neben der Vorfreude auf das Kind stellen sich werdende Mütter auch ganz praktische Fragen. Ganz besonders, wie sie ihre Ernährung gestalten sollen, damit das Baby von Anfang an gut mit Nährstoffen versorgt ist. Leider gibt es zum Thema "Ernährung in der Schwangerschaft" noch nicht sehr viele wissenschaftliche Studien. Aus diesem Grunde haben Wissenschaftler*innen verschiedener Forschungseinrichtungen gemeinsam die Preggie-Studie gestartet. Sie geht der Frage nach, was Schwangere mit verschiedenen Ernährungsformen in Deutschland essen und wie gut sie mit Nährstoffen versorgt sind.

Wer kann teilnehmen?

An der Studie können Schwangere im Alter von 18 bis 39 Jahren bis einschließlich der 16. Schwangerschaftswoche teilnehmen. Auch, wenn ein Schwerpunkt der Studie die Ernährung von vegan lebenden Schwangeren ist, werden aktuell vor allem noch Frauen gesucht, die sich mit Mischkost, also einschließlich Fleisch, Fisch und Milchprodukten, ernähren. Die Studienteilnehmerinnen werden an zwei Untersuchungsterminen (SSW 9-16 und SSW 35-38) ins Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke oder in unser Studienzentrum in Hamburg-Othmarschen gebeten.

Dort werden die Schwangeren untersucht, eine Blutprobe abgenommen sowie eine Urinprobe gesammelt. "Im Prinzip ist der Ablauf also wie eine routinemäßige Vorsorgeuntersuchung", sagt Katharina Feuerlein, die die Studie ärztlich leitet und durchführt. "Darüber hinaus sollen die Teilnehmerinnen zu Hause zweimal ein 3-Tage-Wiegeverzehrsprotokoll führen und nach der Geburt Daten aus dem Mutterpass bereitstellen, die wir anschließend auswerten." Alle Teilnehmerinnen erhalten die Ergebnisse der umfangreichen Blut- und Urinanalysen, die weit über die Routineanalysen während der Schwangerschaft hinausgehen (z. B. Vitamin B12, Folsäure, Jod) sowie eine Auswertung der Ernährungsprotokolle mit Empfehlungen zur Verbesserung der Nährstoffzufuhr.

Ziel: Schwangere mit neuen Informationen umfassend beraten

Aus den Ergebnissen der Studie sollen wissenschaftlich begründete Handlungsempfehlungen für die Ernährung in der Schwangerschaft abgeleitet werden. "Unsere Erfahrungen zeigen, dass sowohl bei Ernährungsfachkräften als auch bei Verbraucher*innen ein hoher Informationsbedarf zu diesem Thema besteht. Was uns fehlt, sind wissenschaftlich gesicherte Daten, die mögliche Probleme aufzeigen und aus denen dann Beratungskonzepte für Schwangere entwickelt werden können", sagt Dr. Markus Keller, Studienleiter am Forschungsinstitut für pflanzenbasierte Ernährung. Selbstverständlich werden bei den Untersuchungen alle aufgrund der Covid-19-Pandemie vorgeschriebenen Hygieneregeln eingehalten.

Weitere Informationen zum Studienablauf gibt es auf der Studienwebseite www.preggie-studie.de. Dort können sich interessierte Frauen auch direkt für eine Teilnahme registrieren.

Die Preggie-Studie ist ein gemeinsames Forschungsprojekt des Forschungsinstituts für pflanzenbasierte Ernährung (IFPE), der Universität Bonn der Universität

Witten/Herdecke und des Gemeinschaftskrankenhauses Herdecke. Sie wird unterstützt durch die BKK ProVita.

Quelle: Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke - Veröffentlichung: 23.03.2021

<https://www.gemeinschaftskrankenhaus.de/aktuelles/pressemitteilungen/detail/news/schwangere.probandinnen.fuer.ernaehrungsstudie.gesucht/>

GESUNDHEIT

Herdecker Krankenhaus sucht Schwangere für Ernährungsstudie

Aktualisiert: 24.03.2021, 15:25

Ernährung in der Schwangerschaft soll besser erforscht werden. Dazu werden nun Schwangere mit unterschiedlichen Ernährungsgewohnheiten gesucht.

Die Schwangerschaft ist eine ganz besondere Lebensphase. Neben der Vorfreude auf das Kind stellen sich werdende Mütter auch ganz praktische Fragen. Ganz besonders, wie sie ihre Ernährung gestalten sollen, damit das Baby von Anfang an gut mit Nährstoffen versorgt ist. Allerdings gibt es zum Thema „Ernährung in der Schwangerschaft“ noch nicht sehr viele wissenschaftliche Studien. Aus diesem Grunde haben Wissenschaftler verschiedener Forschungseinrichtungen gemeinsam die Preggie-Studie gestartet. Sie geht der Frage nach, was Schwangere mit verschiedenen Ernährungsformen in Deutschland essen und wie gut sie mit Nährstoffen versorgt sind.

Von 18 bis 39 Jahre

An der Studie können werdende Mütter im Alter von 18 bis 39 Jahren bis einschließlich der 16. Schwangerschaftswoche teilnehmen. Auch, wenn ein Schwerpunkt der Studie die Ernährung von vegan lebenden Schwangeren ist, werden aktuell vor allem noch Frauen gesucht, die sich mit Mischkost, also einschließlich Fleisch, Fisch und Milchprodukten, ernähren. Die Studienteilnehmerinnen werden an zwei Untersuchungsterminen (SSW 9-16 und SSW 35-38) ins [Gemeinschaftskrankenhaus Herdecke](#) gebeten.

Blut- und Urinprobe

Dort werden die Schwangeren untersucht, es wird eine Blutprobe abgenommen sowie eine Urinprobe gesammelt. „Im Prinzip ist der Ablauf also wie eine

routinemäßige Vorsorgeuntersuchung“, sagt Katharina Feuerlein, die die Studie ärztlich leitet und durchführt.

„Darüber hinaus sollen die Teilnehmerinnen zu Hause zweimal ein Drei-Tage-Wiegeverzehrsprotokoll führen und nach der Geburt Daten aus dem Mutterpass bereitstellen, die wir anschließend auswerten.“

Umfangreiche Analysen

Alle Teilnehmerinnen erhalten die Ergebnisse der umfangreichen Blut- und Urinalysen, die weit über die Routineanalysen während der Schwangerschaft hinausgehen (zum Beispiel Vitamin B12, Folsäure oder Jod) sowie eine Auswertung der Ernährungsprotokolle mit Empfehlungen zur Verbesserung der Nährstoffzufuhr.

Aus den Ergebnissen der Studie sollen wissenschaftlich begründete Handlungsempfehlungen für die Ernährung in der Schwangerschaft abgeleitet werden. „Unsere Erfahrungen zeigen, dass sowohl bei Ernährungsfachkräften als auch bei Verbrauchern ein hoher Informationsbedarf zu diesem Thema besteht. Was uns fehlt, sind wissenschaftlich gesicherte Daten, die mögliche Probleme aufzeigen und aus denen dann Beratungskonzepte für Schwangere entwickelt werden können“, sagt Dr. Markus Keller, Studienleiter am Forschungsinstitut für pflanzenbasierte Ernährung. Selbstverständlich würden bei den Untersuchungen alle aufgrund der [Covid-19-Pandemie](#) vorgeschriebenen Hygieneregeln eingehalten.

Gemeinschaftliche Forschung

Die Preggie-Studie ist ein gemeinsames Forschungsprojekt des Forschungsinstituts für pflanzenbasierte Ernährung (IFPE), der Universität Bonn, der Universität Witten/Herdecke und des Gemeinschaftskrankenhauses Herdecke. Sie wird unterstützt durch die BKK ProVita.

Weitere Informationen zum Studienablauf gibt es auf der Studienwebseite www.preggiestudie.de. Dort können sich interessierte Frauen auch für eine Teilnahme registrieren.

Quelle: Westfalenpost - Veröffentlichung: 24.03.2021

<https://www.wp.de/staedte/herdecke-wetter/klinik-sucht-schwangere-fuer-studie-id231878803.html>



04/12/2020

Forschungsinstitut für pflanzenbasierte Ernährung - IFPE

An die werdenden Mamas aus Hamburg (die sich in der bis einschließlich 16. Schwangerschaftswoche befinden):
macht mit bei der Ernährungsstudie - gesucht werden vor allem "Mischköstlerinnen"



Schwangere für Ernährungsstudie gesucht!!!

Was essen Schwangere in Deutschland?

Wie steht es um die Versorgung mit Vitaminen und Mineralstoffen in der Schwangerschaft?

Wie unterscheiden sich vegane und mit Mischkost ernährte Schwangere?

Um diese Fragen zu beantworten, untersucht die Preggie-Studie den Ernährungs- und Gesundheitszustand von Schwangeren. Die Ergebnisse sollen anschließend dazu dienen, wissenschaftlich gestützte und praxisnahe Empfehlungen für die Ernährung von Schwangeren abzuleiten.

Während der Teilnahme an der Preggie-Studie führen die Probandinnen zu Hause zweimal ein 3-Tage-Ernährungsprotokoll und füllen Fragebögen zu Gesundheit und Lebensstil aus. Außerdem werden bei einem Besuch in einem unserer Studienzentren jeweils zu Beginn und gegen Ende der Schwangerschaft verschiedene Körpermaße (v. a. Größe, Gewicht) erhoben sowie eine Blut- und Urinprobe entnommen. Die Studienzentren befinden sich in Witten-Herdecke und Hamburg.

Alle Teilnehmerinnen erhalten die Auswertungen der Ernährungsprotokolle sowie die Ergebnisse der Blut- und Urinalysen.

Mitmachen können alle Schwangeren bis einschließlich der 16. Schwangerschaftswoche. Alle weiteren Infos zur Teilnahme gibt es hier:

<https://www.preggie-studie.de/>

#ifane #ifaneorg #institut #markuskeller #profdrmarkuskeller #drkeller #drmarkuskeller
#insitutfüralternativeundnachhaltigeernährung
#vechidiet #vechistudie #interview #vegetarischeundveganeernährung #vegetarischeernährung
#veganschwanger #veganeschwangerschaft #studie #aufruf #schwangerschaft #mama
#werdendemama #ernährunginderschwangerschaft #wissenschaft

Quelle: Local Gyms and Fitness – Veröffentlichung: 04.12.2020

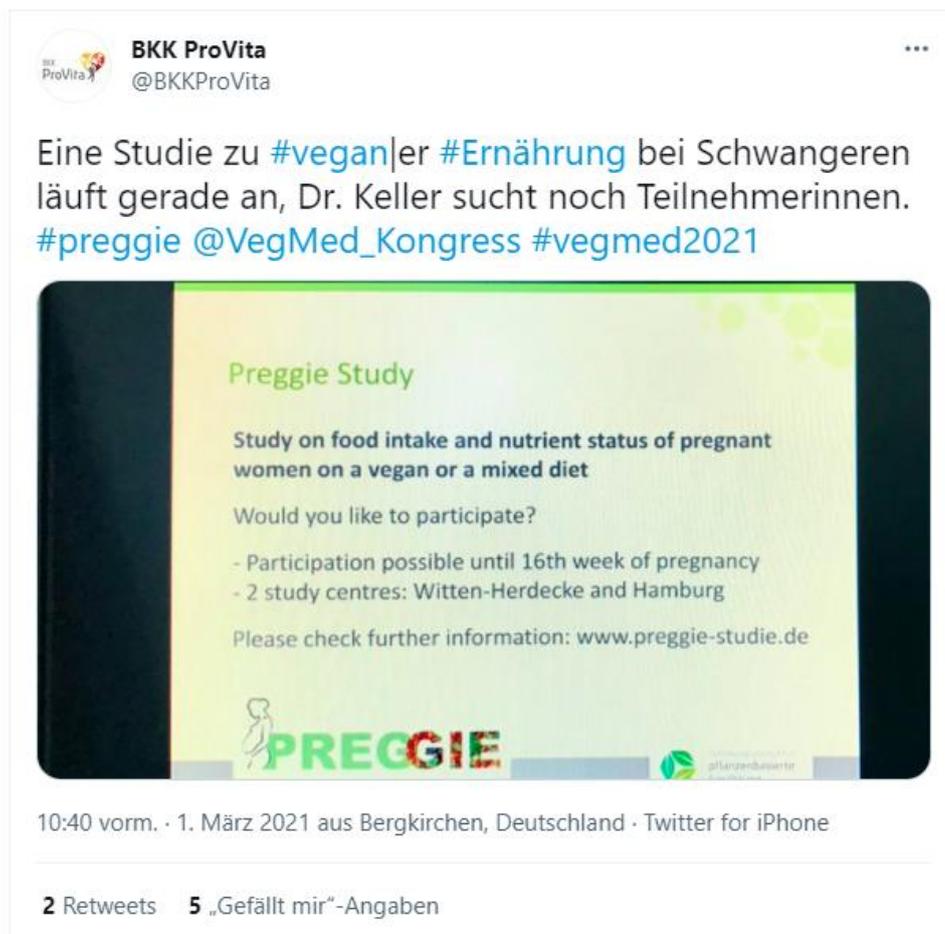
<https://www.localgymsandfitness.com/DE/Hamburg/198495287176402/Food-and-Fitness.hamburg>

Die Ernährungs Umschau auf Twitter am 14.10.2019:



Quelle: Ernährungs Umschau auf Twitter – Veröffentlichung: 14.10.2019

<https://twitter.com/EUmschau/status/1183731933253193733>



BKK ProVita auf Twitter am 01.03.21

Quelle: BKK ProVita auf Twitter – Veröffentlichung: 01.03.2021

<https://twitter.com/BKKProVita/status/1366322449646817281>

Freiheit für Tiere – Interview mit Dr. Markus Keller

Ausschnitt:

»**Freiheit für Tiere**«: An welchen Forschungsprojekten arbeiten Sie aktuell?

Markus Keller: Seit Anfang des Jahres läuft die Preggie-Studie, in der wir vegane und nicht-vegane Schwangere miteinander vergleichen. Wir schauen uns dabei neben dem Schwangerschaftsverlauf den Lebensmittelkonsum und die Nährstoffzufuhr mithilfe von Verzehrprotokollen sowie die Nährstoffversorgung anhand von Blutwerten an. Bisher gibt es fast keine Studien, die sich mit veganer Ernährung in der Schwangerschaft befassen haben. Mit unserer Studie wollen wir dazu beitragen, diese Forschungslücke zu schließen. Aktuell suchen wir noch weitere Schwangere, die mitmachen möchten. Teilnehmen können Schwangere bis maximal zur 12. Schwangerschaftswoche, die sich entweder seit mindestens zwei Jahren vegan oder mit Mischkost ernähren. Im Laufe der Schwangerschaft müssen dann zu Hause zwei Ernährungsprotokolle ausgefüllt und zwei Termine in einem unserer Studienzentren in Herdecke

und Hamburg wahrgenommen werden, wo wir unter anderem jeweils eine Blutprobe entnehmen. Weitere Infos gibt es unter www.preggie-studie.de.

Quelle: Freiheit für Tiere – Veröffentlichung:

<https://www.freiheit-fuer-tiere.de/artikel/interview-mit-prof-dr-markus-keller.html>
