

Liebe Leserin, lieber Leser,

seitdem ich, Tina Ritter, zusammen mit Frau Dr. Baumeister-Jesch das Thema HPU aufgegriffen und nach Deutschland geholt haben, ist viel passiert. Seit nunmehr über zehn Jahren klären wir auf, bilden Therapeutinnen und Therapeuten in Seminaren aus und halten Vorträge, um die Stoffwechselstörung HPU bekannter zu machen. Unser Ziel: Jede* Therapeut*in soll HPU-Patientinnen und -Patienten erkennen und entsprechend behandeln können.

Mittlerweile haben viele Behandler von der Stoffwechselstörung HPU gehört. Immer mehr betroffene Patientinnen und Patienten fragen danach und fordern ihre Ärztinnen, Ärzte und Heilpraktiker*innen damit heraus. Da bleibt es nicht aus, dass Labore und Firmen auf den Zug aufspringen, entsprechende Produkte anbieten und noch mehr darüber geschrieben wird. Mit unserem aktuellen Buch zur Ernährung bei HPU sorgen wir dafür, dass das Thema noch öffentlicher und die Aufklärung auch für Laien leichter wird.

In diesem Buch wollen wir speziell auf die Ernährung bei HPU eingehen, denn nicht nur die Gabe bestimmter Vitamine und Mineralstoffe kann die Symptome der Stoffwechselkrankheit behandeln, sondern auch eine adäquate Ernährung. Sie ist immer Basis einer guten Gesundheit und mit schlechter Ernährung oder dem Missachten von Nahrungsmittelunverträglichkeiten kann »gegen Windmühlen« therapiert werden. Wer von HPU betroffen ist, braucht möglichst viele Nährstoffe im Essen und möglichst wenig Giftstoffe.

Dafür möchten wir Sie mit diesem Buch sensibilisieren. Sie sollen einen Überblick darüber bekommen, wo sich überall für Sie Unverträgliches verstecken kann, was Ihnen vielleicht schadet oder Ihre HPU-Therapie durchkreuzt. Und nicht zuletzt wollen wir Ihnen natürlich das Einkaufen und das Kochen erleichtern und Ideen und Anregungen geben, wie eine HPU-konforme Ernährung aussieht und wie man sie einfach und lecker gestalten kann.

Ihre Tina Ritter, Uta Gottenbusch und Alexandra von Zitzewitz-Knörr