

Mehr als 500 Teilnehmer beim VegMed Kongress 2014

Am 29. November 2014 fand in Berlin zum dritten Mal der VegMed Kongress statt, Europas größte Fachkonferenz zu vegetarischer Ernährung und Medizin.

Samstagmorgen, 9 Uhr in der Freien Universität Berlin in Dahlem: der große Eingangsbereich des Henry Ford Baus füllt sich zusehends mit Menschen, die Mitarbeiter bei der Anmeldung haben alle Hände voll zu tun. Bereits eine Stunde vor Beginn der Veranstaltung wurde der enorme Zulauf des diesjährigen VegMed Kongresses sichtbar: über 500 Teilnehmer, darunter Ärzte, Ökotrophologen, Wissenschaftler und andere Gesundheitsexperten, sowie mehr als 200 Studierende zog es in diesem Jahr zu dem Fachkongress. Wie schon in den beiden Jahren zuvor wurde die Veranstaltung von dem Projektkonsortium der [Charité Hochschulambulanz für Naturheilkunde am Immanuel Krankenhaus Berlin](#) und des [VEBU](#) (Vegetarierbund Deutschland) organisiert. Das Hauptanliegen von VegMed ist die Etablierung einer pflanzenbasierten Ernährungsweise in Medizin und Wissenschaft sowie der Aufbau eines professionellen Netzwerkes für Mediziner und Ernährungsberater, das Raum für Austausch und Weiterbildung auf wissenschaftlicher Basis schafft.

[Fotogalerie: VegMed 2014](#)

Für das vielfältige VegMed-Programm, bestehend aus Fachvorträgen, Praxis-Workshops und Netzwerktreffen, konnten auch in diesem Jahr hochkarätige Referenten aus den Bereichen Ernährungswissenschaften und Medizin gewonnen werden. Neue Erkenntnisse und die aktuelle Studienlage zu pflanzenbasierter Ernährung sowie deren Sinnhaftigkeit und Perspektive wurden ebenso beleuchtet wie die ethischen Dimensionen eines bewussten Verzichts auf Fleisch und Tierprodukte. Prominente Themen wie Nahrungsmittelallergien und -unverträglichkeiten, vegane Ernährung während der Schwangerschaft und Stillzeit, das Für und Wider von Milchprodukten und Soja, oder die Frage nach der richtigen Supplementierung von Vitamin B12 wurden unter den Aspekten der aktuellen Forschungslage betrachtet.

[Mehr zu den diesjährigen Vorträgen & Referaten](#)

Mit Fallbeispielen aus der Beratung von Veganern in der allgemeinmedizinischen Praxis und einem Vortrag über die Bedeutung einer vegetarischen Ernährungs- und Lebensweise für die Krankenkasse wurde die Integration einer pflanzenbetonten Ernährung als wichtiger Baustein im Gesundheitswesen konkretisiert. Vegetarische Ernährung als therapeutisches und präventives Instrument wird während des Medizinstudiums bisher kaum thematisiert. „Besonders gefreut hat mich deswegen vor allem die Teilnahme von über 200 Studierenden, denn den Studierenden gehört die Zukunft in der Medizin.“, so Professor Andreas Michalsen, Chefarzt der Abteilung für Naturheilkunde am Immanuel Krankenhaus Berlin und Inhaber der Charité Stiftungsprofessur für klinische Naturheilkunde. Vegetarische Ernährung erleben konnten die Kongressteilnehmer während der Mittagspause. [Oliver Liebmann](#) servierte auf der Grundlage von Rezepten des Ayurveda-Kochs [Volker Mehl](#) ein rein pflanzliches Gourmet-Bufferet und bewies damit eindrucksvoll, dass die vegetarische Küche nicht nur gesund, sondern ebenso köstlich und vielfältig ist.

[Mehr zu Vegetarismus & Medizin](#)

In der Zukunft soll VegMed internationaler werden, was durch die Anwesenheit von Festredner Prof. Mark Messina von der Loma Linda University in Kalifornien, der mit einem fundierten Vortrag zur Studienlage von Soja beeindruckte, bereits in diesem Jahr vorgezeichnet wurde. Wissenschaftliche Tiefe und Praxisrelevanz sind die Fokusbereiche für den nächsten VegMed. Dazu braucht es ausreichend Vorbereitungszeit, sodass der nächste VegMed Kongress nicht 2015, sondern vom 23.-24. April 2016 stattfinden wird. Dr. med. Christian Keßler, Arzt und wissenschaftlicher Mitarbeiter der Charité Hochschulambulanz für Naturheilkunde am Immanuel Krankenhaus Berlin: „Nach der ausgesprochen positiven Resonanz auf die drei letzten Kongresse freue ich mich jetzt schon auf die internationale Wiederauflage von VegMed im April 2016“.

Vergessen Sie nicht, Ihrem Hausarzt Bescheid zu geben!

Wenn Sie Fragen haben oder nach Austausch rund um das Thema pflanzenbetonte Ernährung suchen, besuchen Sie uns im Netz:

[VegVideo – Experten-Interviews zu wichtigen Fragestellungen des Vegetarismus](#)