

Fragebogen zum Gerstoni Online Seminar  
„Darmprotektives und chemopräventives Potential  
von Beta-Glucan aus Gerste“

Vorname\* \_\_\_\_\_ Nachname\* \_\_\_\_\_

Praxis/Klinik \_\_\_\_\_

Straße \_\_\_\_\_ Haus-Nr. \_\_\_\_\_

PLZ \_\_\_\_\_ Ort \_\_\_\_\_

Tel\* \_\_\_\_\_ Fax: \_\_\_\_\_

E-Mail\* \_\_\_\_\_

1. Für welche Indikationen haben lösliche Ballaststoffe wie Beta-Glucan aus Gerste eine wahrscheinliche/überzeugende gesundheitsfördernde Evidenz? 5 richtige Antworten ankreuzen.  

a. Hautgesundheit	e. Rheuma
b. Darmgesundheit	f. Diabetes m. Typ 2
c. Fettstoffwechselstörungen	g. Chemoprävention
d. Adipositas	h. Nierenerkrankungen
  
2. Welche 2 Bakterienstämme im Dickdarm fermentieren überwiegend das Gersten-Beta Glucan als Energiequelle?  

a.	b.
----	----
  
3. Zu welcher Kategorie von Ballaststoffen gehört Gersten-Beta-Glucan? Bitte kreuzen Sie die richtige Antwort an.  

a. Quellstoff – wasserlöslicher Ballaststoff – gelbildend – viscositätserhöhend	b. Füllstoff – nicht wasserlöslicher Ballaststoff - volumenerhöhend - kaum gelbildend
---	---

  
Zu welcher Kategorie gehört das Beta-Glucan aus Algen, Hefen und Pilzen? a. b.
  
4. Welche positiven! erwünschten physiologischen Wirkungen hat Gersten-Beta-Glucan?  
Kreuzen Sie bitte 5 richtige Antworten an.  

a. Verzögerte Entleerung des Mageninhalts	e. Gallensäurebindung
b. Stuhl-Volumenzunahme	f. Bildung SCFA
c. Erhöhte Gasbildung	g. pH-Wert Senkung
d. Mineralstoffbindung	

5. Die Bildung von SCFA wie Butyrat (Buttersäure) aus Beta-Glucan durch Bakterienstämme im Dickdarm entfalten vielfältige positive Effekte für die Darmgesundheit. Bitte ergänzen Sie zwei weitere.
- Wachstum und Differenzierung von Kolonepithelzellen (Energiequelle f. gesunde Darmzellen)
  - RR Senkung (systemische Wirkung)
  - 
  -
6. Welche Verknüpfung (Grundstruktur) kennzeichnet Beta-Glucan aus Gerste?
- Lineare Verknüpfung
  - Verzweigtkettige Verknüpfung
7. Welche Vorteile hat das Beta- Glucan aus Gerste gegenüber Beta-Glucan aus Hafer?  
Welche 2 Aussagen sind richtig?
- Das Verhältnis von gewünschten DP3 und DP4 Molekülen ist in Beta-Glucan-Gerste niedriger.
  - Das Verhältnis von gewünschten DP3 und DP4 Molekülen ist in der Beta-Glucan-Gerste höher.
  - Das Beta-Glucan aus der Beta-Glucan-Gerste ist stärker viskositätsbildend als Hafer-Beta-Glucan.
  - Das Beta-Glucan aus der Beta-Glucan-Gerste ist weniger viskositätsbildend als Hafer-Beta-Glucan.
8. Wieviel % Beta-Glucan enthält Gerstoni® Gourmet Gerste gegenüber z. B. (Brau-) Gerste fast ohne Beta- Glucan? Kreuzen Sie bitte die richtige Antwort an.
- bis 2%
  - 5 % und mehr
  - 7 %
9. Studien weisen darauf hin, dass die Bildung von SCFA sog. chemopräventive Wirkungen hat. Welche Aussagen sind richtig? Bitte die 4 richtigen Antworten ankreuzen.
- Verminderung von Darmentzündungen.
  - Förderung des Antioxidativen Schutzsystems
  - Prebiotische Effekte
  - Aushungerung der Vorstufen von Krebszellen
  - Apoptose (regulierter Zelltod)
10. Welches sind die beiden in Health claims bestätigten Haupteffekte einer täglichen Zufuhr von 3 g Beta-Glucan bzw. 4 g Gersten-Beta-Glucan pro 30 g verfügbarer KH?
- Senkung des LDL Cholesterins
  - Reduktion sekundären Gallensäuren (potentiell kanzerogen)
  - Reduktion der glykämischen Antwort
  - Heilung Reizdarmsyndrom

- Ja, ich möchte den Gerstoni Newsletter erhalten
- Bitte senden Sie den Newsletter an folgende Email-Adresse \_\_\_\_\_

Ort/Datum \_\_\_\_\_ Unterschrift \_\_\_\_\_