



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
 - b. Darmgesundheit
 - c. Fettstoffwechselstörungen
 - d. Adipositas
 - e. Rheuma
 - f. Diabetes m. Typ 2
 - g. Chemoprävention
 - 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
 - b. Stuhl-Volumenzunahme
 - c. Erhöhte Gasbildung
 - d. Mineralstoffbindung
 - e. Gallensäurebindung
 - f. Bildung SCFA
 - g. pH-Wert Senkung

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
 - Verzweigt-kettige 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 _____