

Besessen von gesundem Essen?

Auch gesundes Essen kann krank machen. Die Bezeichnung Orthorexia nervosa steht für eine Essstörung, bei der Betroffene sich ständig zwanghaft Gedanken über gesunde und ungesunde Ernährung machen. Wollen Sie wissen, wie natürlich und genussvoll Sie sich ernähren? Dann machen Sie den Orthorexietest auf der Website der Schweizerischen Gesellschaft für Ernährung www.sge-ssn.ch unter «Ratgeber und Tests».

