

Editorial	3
Kurz + knapp	6
Titelthema Ernährung	
Die eigene Ernährungs- und Lebensweise überprüfen und anpassen	9
Die 10 Regeln der DGE	11
Risiko Übergewicht	12
Die „richtige“ Ernährung?	14
Muskeln aufbauen, Fett abbauen	16
Forschung und Praxis	
Ihre Fragen an uns	18
Generalisierte Pustulöse Psoriasis (GPP)	20
Meine Geschichte	
Alle haben mich so akzeptiert, wie ich war	22
Forschung und Praxis	
Psoriasis guttata	25
Aussicht auf viele gute Lebensjahre	26



8

Titelthema

Schwerpunkt Ernährung

Ernährung beeinflusst die Psoriasis

www.psoriasis-bund.de

Impressum

PSO Magazin
Verlag, Herausgeber und Anzeigenverwaltung:
Deutscher Psoriasis Bund e.V. (DPB)
Seewartenstraße 10, 20459 Hamburg

Telefon: 040 223399-0
E-Mail: info@psoriasis-bund.de
Internet: www.psoriasis-bund.de

Geschäftskonto des DPB:
Bank für Sozialwirtschaft AG, Hannover
IBAN: DE68 2512 0510 0007 4234 00
BIC: BFSWDE33HAN

Redaktion und redaktionelle Mitarbeit: Anette Meyer, Marius Grosser (vi.S.d.P.), Prof. Dr. Joachim Barth, Jana Bockelmann, Laura Fritsch, Joachim Koza, Michael Kröger, Prof. Dr. Ulrich Mrowietz, PD Dr. Thomas Rosenbach, Prof. Dr. Michael Sticherling, Rieke Weyh

Der Bezugspreis des PSO Magazins ist im Mitgliedsbeitrag (59 Euro jährlich) enthalten. Es gilt die Ordnung über den Beitrag (Bei O) des DPB. Das PSO Magazin erscheint mit sechs Ausgaben im Jahr (zweimonatlich).

Druckauflage: 5.500
Gedruckt auf Magno Natural – FSC-zertifiziert

PSO Magazin 2/23 erscheint Anfang März 2023
Anzeigenverwaltung: Rieke Weyh
Anzeigen- und Redaktionsschluss: 14.01.2023

C3280F ISSN 0938-8532

Fotos/Illustrationen: Titel, S. 4, 6, 7, 8, 10, 12, 15, 17, 25, 27, 40 Adobe Stock; S. 5, 11, 29, 43 Gaby Meyer-Kortz; alle übrigen privat