

# Aktive Auseinandersetzung



-9-

-7-

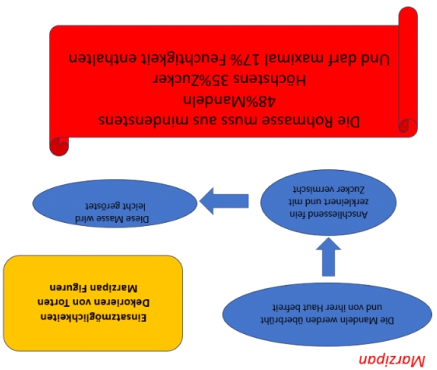
www.minibooks.ch

-5-

-4-

-3-

-2-



Veränderung der Darmflora
Blutzuckerspiegel steigt
Diabetis kann entstehen

Keine Kohlenhydrate
Grössere Süsstkraft
Kein Karies
Verzehr in Massen unbedenklich

**Vorteil**

**Nachteil**

**Süsstoffe**

Grössere Mengen
Blähungen
Durchfall
Bauchschmerzen

Wenig Kalorien
Insulinabhängig
Keine bis wenig Krankheiten

**Vorteile**

**Nachteile**

**Zucker austauschstoffe**

Übergewicht
Viele Kalorien
Karies
macht süchtig
Entzunderscheinungen

wichtiger Energielieferant
kurzes Glücksgefühl
regt Appetit an

**Vorteile**

**Nachteile**

**Zucker**