

Franziska Dreidax

Ernährungswissenschaftlerin



Franziska Dreidax (29) ist Ernährungswissenschaftlerin und bereichert das BIOMES-Team mit ihren Erfahrungen in der Ernährungsberatung und ihrem unerschöpflichen Wissen über gesunde Nahrungsmittel.

Als kleines Kind hat sie bereits ihre Vorliebe für gemeinsames Kochen, anpflanzen und ernten aus dem heimischen Garten entdeckt. Ihr unermüdlicher Drang die Natur und Mamas Küche zu erforschen, führten sie schon sehr früh ans Thema Ernährung.

In ihrer eigenen Familie gab es Angehörige mit rheumatischen Erkrankungen u. ä. Diese Faktoren hatten ausschlaggebenden Einfluss auf Franziskas Werdegang, so dass ihr Berufswunsch früh feststand.

Als junge Frau zog es sie daher nach Gießen, um an der renommierten Justus-Liebig-Universität Ernährungswissenschaften zu studieren. 2019 hat sie dieses Studium dann an der Martin-Luther-Universität in Halle-Wittenberg mit dem Master of Science erfolgreich abgeschlossen. Ihre praktische Masterarbeit absolvierte sie dabei an der Berliner Charité im Bereich Diabetes-Prävention. Erste Publikationen im Rahmen eines Workshops erarbeitete sie bereits für das DZD (Deutsches Zentrum für Diabetesforschung).

Der Umgang mit Patienten*innen, die an Diabetes mellitus Typ 2 und Prädiabetes erkrankt sind, sowie die individuelle Ernährungsberatung derer bereicherten Franziskas Erfahrungsschatz. Besonderen Spaß hatte sie außerdem an der Erstellung von individuellen Ernährungsprotokollen. Ihr umfangreiches Wissen sowie ihre Beratungserfahrungen fließen maßgebend in die Entwicklung der personalisierten BIOMES-Ernährungspläne ein. Das Wohlbefinden der Menschen mittels gesunder Ernährung zu steigern und ihnen damit mehr Lebensqualität zu schenken, treibt sie bei ihrer Arbeit tagtäglich an.

2017 wurde die BIOMES NGS GmbH, ein Biotechnologie-Unternehmen mit aktuell 60 Mitarbeiter*innen, gegründet. BIOMES analysiert auf Basis der sogenannten Next Generation Sequencing Methode die DNA der Mikroben, die in und am menschlichen Körper leben. Das Ergebnis sind persönliche Mikrobiota-Profile, auf deren Basis die KundenInnen individuelle Empfehlungen zur gesunden Ernährung und Steigerung ihrer Lebensqualität erhalten.

Charakteristisch für Franziska ist ihre eigene gesunde Lebensweise. Sie treibt täglich Sport und ernährt sich stets ausgewogen und bewusst. Wichtig ist ihr dabei, nicht nur die Lebensmittel abwechslungsreich zu verwenden, sondern auch im richtigen Verhältnis und aufeinander abzustimmen.

Als Ernährungswissenschaftlerin weiß sie genau, wie sich Gesundheit und genussvolles Essen und Trinken miteinander vereinbaren lassen. Es wurde ihr scheinbar in die Wiege gelegt.

Die BIOMES-KundenInnen auf ihrem Weg zu einer gesünderen Lebensweise zu begleiten, schenkt ihr jeden Tag Spaß und Freude an der Arbeit als Ernährungswissenschaftlerin.