

Praxis & Medizin

Nahrungsergänzungsmittel - nützlich oder überflüssig? | Medizin| von Dr. Norbert Kmoch

Die aktuellen Ergebnisse der Nationalen Verzehrstudie II aus dem Jahr 2008, erstellt aus der Befragung von 15.371 Jugendlichen und Erwachsenen im Auftrag des Bundesministeriums f. Ernährung, Landwirtschaft und Verbraucherschutz zur **Vitamin- und Mineralstoffversorgung der Deutschen, sind alarmierend** (Veröffentlicht in der Zeitschrift "der niedergelassene Arzt" 09/2018). Dies betrifft u.a. vor allem Vit. D, Folsäure, Vit. E, Vit. B12, Vit. C. Vitaminmangel führt zu ernährungsabhängigen Erkrankungen und betrifft 20 bis 50 Prozent der Bevölkerung zwischen 14 und 80 Jahren. Mehr dazu auf unserer Internetseite.