



Glossar.

Biotin:

Biotin ist für den Organismus bei der Kohlenhydrat- und Fettsynthese unerlässlich.

Calcium:

Der mengenmäßig am häufigsten vertretene Mineralstoff im Körper. Calcium ist ein wichtigster Baustein für Knochen und Zähne, den gerade Heranwachsende besonders benötigen.

Dextrose:

Auch Traubenzucker oder D-Glukose genannt, ist ein Einfach-Zucker und als Kohlenhydrat der wichtigste Energielieferant des menschlichen Organismus.

Diabetes:

Auch Zuckerkrankheit. Die Ursache dieser Stoffwechselkrankheit ist entweder ein relativer oder absoluter Insulinmangel.

Folsäure:

Der Körper ist beim Eiweißstoffwechsel und bei der Blutbildung auf Folsäure angewiesen.

Glukose:

Auch Traubenzucker oder Dextrose genannt, ist ein Einfach-Zucker und als Kohlenhydrat der wichtigste Energielieferant des menschlichen Organismus.

Kohlenhydrate:

Organisch-chemische Verbindungen, die man auch als Zucker bezeichnet. Es gibt Einfach-, Zweifach- oder Mehrfachzucker. Kohlenhydrate sind ein wesentlicher Bestandteil der menschlichen Ernährung.

Niacin:

Niacin spielt beim Energie- und Fettstoffwechsel eine tragende Rolle.

Pantothensäure:

Die Pantothensäure ist von zentraler Bedeutung für den Stoffwechsel.

Traubenzucker:

Auch D-Glukose oder Dextrose genannt, ist ein Einfach-Zucker und als Kohlenhydrat der wichtigste Energielieferant des menschlichen Organismus.



Vitamin A oder Provitamin A:

Das Vitamin A fängt freie Radikale und schützt vor oxidativen Veränderungen.

Vitamin B1:

Vitamin B1 wird im Organismus für die Nervenfunktion, den Kohlenhydrat- und Energiestoffwechsel benötigt.

Vitamin B2:

Dieses Vitamin spielt im Organismus beim Kohlenhydrat- und Eiweißstoffwechsel sowie der Zellatmung eine wichtige Rolle.

Vitamin B6:

Der Körper braucht das Vitamin B6 für den Eiweißstoffwechsel.

Vitamin B12:

Vitamin B12 ist wichtig bei der Blutbildung und für das Nervensystem.

Vitamin C:

Vitamin C stärkt die körpereigene Abwehr und verbessert die Eisenverfügbarkeit.

Vitamin E:

Vitamin E übernimmt im Körper eine Art Zellschutzfunktion, indem es aggressive chemische Verbindungen, die sogenannten freien Radikale, abfängt und neutralisiert.