

Antworten

Frage 1 : Welches Untersuchungsmaterial empfiehlt sich zur Bestimmung des Gesamtversorgungsstatus mit Mineralstoffen?

- EDTA- oder Heparinblut
- Morgenurin
- Serum

Frage 2 : Warum sollten bei der Beurteilung von Mineralstoffspiegeln auch Belastungen mit toxischen Metallen beachtet werden?

- Toxische Metalle wirken als Antagonisten und können bei ausreichendem Mineralstoffspiegel einen funktionellen Mangel erzeugen.
- Eine Belastung mit toxischen Metallen kann hohe Mineralstoffspiegel vortäuschen.
- Eine Belastung mit toxischen Metallen kann niedrige Mineralstoffspiegel vortäuschen.

Frage 3 : Welche Mineralstoffe stärken nachweislich die Darmbarrierefunktion?

- Chrom und Kalium
- Phosphor und Molybdän
- Calcium, Magnesium, Selen, Zink

Frage 4 : Welche Mineralstoffe sind besonders wichtig für das antioxidative Schutzsystem?

- Kupfer, Mangan, Molybdän, Selen, Zink
- Chrom, Kalium
- Calcium, Magnesium

Frage 5 : Welche Bedeutung hat Mangan für die antioxidative Kapazität?

- Mangan ist Zentralatom der Xanthinoxidase
- Mangan ist Kofaktor der Glutathion-Peroxidase
- Mangan ist Kofaktor der mitochondrialen Superoxid-Dismutase

Frage 6 : Was sind mögliche Ursachen für eine Unterversorgung mit Mineralstoffen?

- Ausschließlich Fehlernährung
Verminderte Zufuhr, verminderte Resorption, vermehrter Bedarf oder vermehrte
- Ausscheidung.
- Es liegt immer ein Leaky-Gut-Syndrom zugrunde.

Frage 7 : Welcher der folgenden Mineralstoffe ist bei Überdosierung besonders giftig?

- Magnesium
- Selen
- Zink

Frage 8 : Was ist bei hohen Manganspiegeln zu beachten?

- Mangan wird vorwiegend renal ausgeschieden. Daher können erhöhte Spiegel auf eine verminderte Nierenfunktion hinweisen.
- Da Mangan über die Galle ausgeschieden wird, können erhöhte Spiegel auf eine
- verminderte Leberfunktion hinweisen.
- Hohe Manganspiegel weisen auf eine Leaky Gut-Syndrom hin.

Frage 9 : Für welche der folgenden Metalle ist keine physiologische Funktion beschrieben?

- Chrom
- Kobalt
- Cadmium

Frage 10 : Welche bekannte Bedeutung hat Bor als Mineralstoff?

- Bor bindet Blei im Darm und verhindert so die Bleiresorption.
- Bor stärkt die Blut-Hirn-Schranke.
- Bor hemmt die renale Ausscheidung von Calcium, Magnesium und Phosphor und ist an der Bildung von Steroidhormonen beteiligt.