

Überreicht von:

Patienteninformation der Deutschen Gesundheitshilfe

Ernährung und Vitalstoffe Vitalstoffe im Überblick

Vitamine

□ Carotinoide und Betacarotin

Wichtige Funktionen

Antioxidanz: Schutz der Augen, Haut, Lunge und Erbsubstanz vor freien Radikalen, Immunabwehr, Provitamin A (=Betacarotin)

Tagesbedarf (DGE)

Erwachsene:

2 - 4 mg Betacarotin

Kinder:

Lebensmittelquellen

Tomaten, Karotten, Grünkohl

Mangelsymptome

Noch nicht bekannt, erhöhte LDL-Oxidation (erhöhtes Risiko für Freie Radikale-Erkrankungen)

Risikogruppen / Erhöhter Bedarf

Jugendliche (bei gemüsearmer Kost)

Arzneimittel, die den Nährstoffbedarf erhöhen können

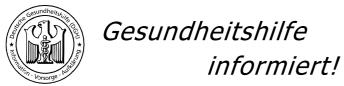
Colestyramin, Orlistat

Erkrankungen mit erhöhtem Bedarf

Gestörte Fettresorption, AIDS (HIV), Koronare Herzerkrankung (KHK), Krebs, Katarakt, Diabetes, Makuladegeneration, Sonnenlichtempfindlichkeit

Februar 2015 - Seite 1/2

Carotinoide und Betacarotin



Überreicht	von:		

Patienteninformation der Deutschen Gesundheitshilfe

Tagesdosis in der Orthomolekularen Medizin (Erwachsene)

2 - 60 mg als Carotinoid-Komplex, zum Teil mehr.

Wichtiger Hinweis: Diese Information gibt Hilfestellungen und Anregungen für Ihre Gesundheit. Sie kann und soll das Gespräch mit Ihrem Arzt oder Apotheker aber nicht ersetzen und ist insbesondere nicht als Anleitung zur unkontrollierten Selbstbehandlung gedacht. Für Diagnose und Therapie Ihrer Krankheiten ist grundsätzlich der Arzt zuständig. Verordnete Arzneimittel und Behandlungsmaßnahmen dürfen Sie auf keinen Fall ohne Rücksprache mit Ihrem Arzt ändern oder absetzen. Lesen Sie vor einer Medikamenteneinnahme immer den Beipackzettel. Bei allen Fragen wenden Sie sich bitte stets an Ihren Arzt oder Ihre Apotheke.

Februar 2015 - Seite 2/2

Carotinoide und Betacarotin