



## Inhaltsverzeichnis

1	Arzneimittel als Mikronährstoff-Räuber	7
1.1	Erläuterungen zu Abbildung 1	9
2	Vitamine und andere Mikronährstoffe	11
2.1	Mikronährstoffe bestimmen die Stoffwechselaktivität	12
2.2	Mikronährstoffmangel und die Folgen	13
2.3	Risikogruppen für Mikronährstoffmängel	15
2.4	Nahrungsergänzungsmittel: Wie lässt sich der medikationsbedingt erhöhte Mikronährstoffbedarf decken?	16
3	Mikronährstoff-Räuber von A-Z	18
3.1	Antiallergika (Allergiemittel)	19
3.2	Antibabypillen (orale Kontrazeptiva)	29
3.3	Antibiotika	36
3.4	Antidepressiva	39
3.5	Bluthochdruckmittel (Antihypertonika)	44
3.6	Cholesterinsenker (Statine)	54
3.7	Diabetesmittel (orale Antidiabetika)	60
3.8	Harnreibende Medikamente (Diuretika)	69
3.9	Herzwirksame Medikamente (Kardiaka)	73
3.10	Medikamente gegen epileptische Anfälle (Antiepileptika)	79
3.11	Cortisonpräparate	85
3.12	Krebsmedikamente (Chemotherapeutika, Zytostatika)	91
3.13	Magen-Darm-Mittel: Säureblocker	102
3.14	Osteoporose-Mittel	108
3.15	Psychostimulanzien	117
3.16	Schilddrüsenmedikamente	123
4	Fallbeispiele	128
4.1	Patientenbeispiel: 61-jährige Frau mit Typ-2-Diabetes	128
4.2	Patientenbeispiel: 6-jähriges Mädchen mit Epilepsie und Muskelschwäche	132
4.3	Patientenbeispiel: 59-jährige Patientin mit Brustkrebs	134

5	Mikronährstoffe im Überblick	137
5.1	Laborparameter der wichtigsten Mikronährstoffe	137
5.2	Arzneimittel als Mikronährstoff-Räuber	139
5.3	Mitochondrienkiller	163
6	Glossar	165
7	Literatur	171
	Studienbelege (Referenzen)	
	für Ihren Arzt und Apotheker	171
	Weiterführende Literatur	177
8	Abbildungsnachweis	178
9	Sachverzeichnis	179
10	Die Autoren	190

