

# Inhalt

Vorwort .....	5
A. Ströhle	
Die aktuellen Empfehlungen des US-amerikanischen IOM für die Vitamin-D-Zufuhr – eine kritische Würdigung .....	9
A. Ströhle	
Müdigkeit, ein Frühsymptom von Vitamin-D-Mangel – aber nicht nur Müdigkeit .....	29
A. D. Höck	
L-Carnitin – Grundlagen und Wechselwirkungen mit Pharmaka .....	43
A. Ströhle	
Coenzym Q10 - Schlüsselsubstanz der Mitochondrien .....	79
G. Gammel	
$\alpha$ -Liponsäure: Präventive und therapeutische Effekte eines multifunktionellen Antioxidans Zwischen experimentellen Ansätzen und klinischer Evidenz .....	105
A. Ströhle	
Nutritive Beeinflussung des Entzündungsrisikos mit natürlichen Pflanzen- und Gewürzextrakten .....	135
M. Döll	
Autorenadressen .....	146
Anhang .....	147
Sachregister .....	148