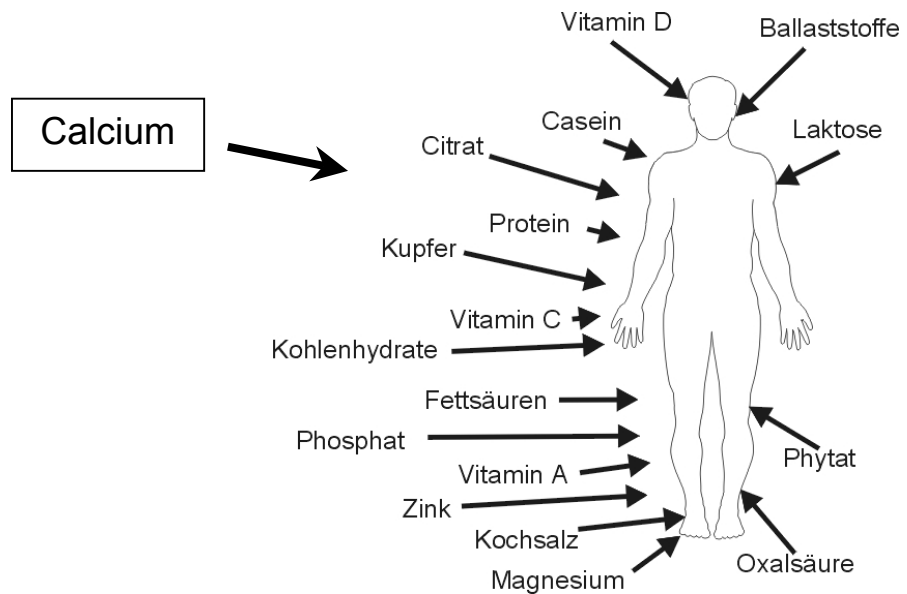


Nährstoffe mit Bedeutung für den Knochenstoffwechsel

Alle diese Nährstoffe haben Einfluss auf die Knochengesundheit



Man unterteilt die Nährstoffe in folgende Gruppen:

- Nährstoffe mit direktem Einfluss auf den Knochen
- Nährstoffe mit förderndem Einfluss auf die Calciumresorption
- Nährstoffe mit hemmendem Einfluss auf die Calciumresorption