

DAS MIKRONÄHRSTOFF-QUIZ 2020

Gewinnen Sie eines von 10 Exemplaren des aktuellen Sachbuches „Vitamin D – Die Heilkraft des Sonnenvitamins, 4., aktualisierte und erweiterte Auflage, 490 S., Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft, Stuttgart, 2020“ im Wert von 42,80 €.

Bitte kreuzen Sie bei den folgenden 10 Fragen die richtigen Antworten an . Nur eine Antwort ist richtig!

1. | Nach den Ergebnissen einer aktuellen Interventionsstudie der Universität Maastricht kann Vitamin D einen erhöhten Bedarf an Vitamin K auslösen über die Induktion Vitamin K-abhängiger Proteine. Welche Vitamin D-Form ist dafür verantwortlich?

- A Ergocalciferol
- B 1,25(OH)₂D
- C 25(OH)D

2. | Welche Carotinoide gehören zu den Xanthophyllen?

- A Betacarotin, Lycopin
- B Astaxanthin, Lutein
- C α-Carotin, γ-Carotin

3. | In einer aktuellen randomisierten Interventionsstudie aus dem New England Journal of Medicine reduzierte die tägliche Supplementierung von 4.000 IE Vitamin D im Vergleich zu Placebo über einen Zeitraum von 24 Monaten das Risiko von Prädiabetikern mit 25(OH)D < 12 ng/ml an einem manifesten Typ-2-Diabetes zu erkranken um

- A 10 %
- B nicht
- C 62 %

4. | Welcher Mikronährstoff ist an der Regulierung der renalen 1α-Hydroxylase beteiligt?

- A Vitamin K2
- B Bor
- C Chrom
- D Vitamin C

5. | Über die Interaktion mit welchem Na⁺/Mg²⁺-Austauscher kann Insulin den renalen Magnesiumverlust steigern?

- A ATP-Synthase
- B TRPM6/7
- C Na⁺/K⁺-ATPase
- D SLC41A1

6. | Welche Enzymkomplexe der mitochondrialen Atmungskette werden unter anderem durch Eisen in Form von FeS gesteuert?

- A Komplex 1, 3 und 5
- B Komplex 1, 2 und 4
- C Komplex 1, 2 und 3
- D Komplex 2, 4 und 5

7. | Durch Wechselwirkung mit welchem Protein unterstützt Retinol die Eisenverwertung?

- A Cardiolipin
- B Astaxanthin
- C Hepcidin
- D Coeruloplasmin

8. | Welche Aminosäuren-Kombination kann nach aktuellen Studien die Harnsäurespiegel verringern?

- A L-Arginin + Homocystein
- B Taurin + L-Valin
- C L-Glycin + L-Tryptophan
- D NAC + Cadaverin

9. | Nach den Ergebnissen einer aktuellen Interventionsstudie kann die täglich Einnahme von

- A 30 g L-Glutamin
- B 0,5 g L-Glycin
- C 5 g VKAS

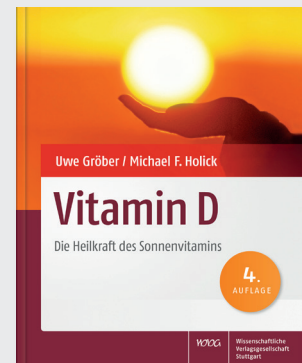
die Belastung mit Entzündungsparametern (z.B. TNFα) bei Tumorpatienten unter Radiotherapie deutlich reduzieren?

10. | Ein Polymorphismus an welchem Transporter begünstigt das Auftreten von Statin-assoziierten Muskel Symptomen (SAMS)?

- A SLC01B1
- B TRPM6
- C HMG-CoA-Reduktase

DER GEWINN

4., aktualisierte und erweiterte Auflage 2020
Wissenschaftliche Verlagsgesellschaft
Stuttgart



BITTE SENDEN SIE IHRE LÖSUNG AN:

Akademie für Mikronährstoffmedizin
Stichwort: Mikronährstoff-Quiz | Zweigertstr. 55 | 45130 Essen
Oder eingescannt per E-Mail an: azmm@cncc.de

Name / Vorname

Firma / Institution

Straße / Hausnummer

PLZ / Ort

E-Mail



AKADEMIE FÜR MIKRONÄHRSTOFFMEDIZIN

Zweigertstraße 55 | 45130 Essen | Telefon: 0201-874 2984 | Internet: www.vitaminspur.de



Das Mikronährstoff-Symposium 2020

St. Anna Hospital



AUS DER PRAXIS FÜR DIE PRAXIS

Samstag, 17. Oktober 2020

Veranstaltungsort:

Konferenzsaal der Medizinische Klinik I,
St. Anna Hospital, Herne

Informationen/Anmeldung:

Mobil: 0178-9728674
Internet: www.vitaminspur.de

Veranstalter des Symposiums:

in Kooperation Akademie für Mikronährstoffmedizin (AMM), Essen (Internet: www.vitaminspur.de) und die Medizinischen Klinik I, St. Anna Hospital, Herne.