

- 4 **Oft nicht erkannt: Jodmangel – ein zunehmendes Problem**
Ursula Erbacher
- 10 **Fehl- und Unterernährung, Gefahr des Vitalstoffmangels**
Dr. med. Edmund Schmidt
Nathalie Schmidt
- 13 **Impressum**
- 14 **Macht „Fasten“ Sinn vor einer Ernährungsintervention?**
Fasten als Einstieg in eine gesündere Lebensweise
Mag. Susanne Lindenthal
- 18 **Fachteil von Seite F1 bis F80**
- 19 **Die Ernährung – der entscheidende Faktor bei Darmbeschwerden**
Darmprobleme – vielfältige Ursachen und Komplikationen
Jürgen Rieger
- 24 **Glutenfrei für alle? Wer wirklich von einer glutenfreien Ernährung profitiert**
Veronika Bauer
- 26 **Elektromagnetische Longitudinalwellen – Stimulatoren der Fruchtreifung am Beispiel der Tomate**
Dr. med. Theodor Ausserer
Dr. rer. nat. Heide Schnabl
Dr. rer. pol. Hermann Schnabl
- 34 **Abonnementformular**

Ernährung

Fachorgan für den Arzt, Therapeuten und Apotheker

Internationales Journal für orthomolekulare und verwandte Medizin
 International Journal of orthomolecular and related medicine
 Journal International de la médecine orthomoléculaire et analogue

Unabhängig • Independent • Indépendant

Besuchen Sie uns im Internet:
www.OMundErnaehrung.com

F2 Vollblut-Selen-Versorgung unter Selen-Substitution im Leistungssport
 Auswirkung auf den Schilddrüsen-Stoffwechsel (Performance-Müdigkeit) und das zelluläre Immunsystem (Infekthäufigkeit)
Klaus Erpenbach, Wolfgang Mayer, Uwe Hoffmann, Stefan Mücke

F11 Rezeption und biologische Bedeutung von Geschmack und Geruch
Univ. Prof. Dr. med. Wolfgang Marktl

F15 Nicht-Zöliakie-Weizensensitivität: Neue diagnostische Optionen
PD Dr. rer. nat. Stephan Sudowe, Michael Martin

F18 Vitaminmängel – allgemein bekannt, dennoch häufig unbeachtet (Teil 2)
Prof. Dr. med. Burkhard Schütz, Christine Hoos

F22 Impressum

F23 Gesetzliche Vorgaben für „glutenfrei“
Dipl. troph. uni. Anett Ebock

F25 Bacillus subtilis: Ein probiotisches Bakterium für die Darmgesundheit
Dr. rer. nat. Nina Devrnja

F29 Allergologie und Toxikologie kieferorthopädischer Materialien
*Dr. med. Volker von Baehr
 Dr. rer. nat. Katrin Huesker*

F39 Virusgrippe, Covid-19-Infektion, Lungenentzündung (Pneumonie)
Andree Benedde

F54 Grundlagen des Immunmetabolismus – Zusammenspiel zwischen Immunsystem und Stoffwechsel
Dr. med. Pascal Mensah

F59 Frühlingsduft liegt in der Luft: „Detox“ mit Pflanzenölen
Mag.a Ingrid Karner

F64 Anti-Aging: Muskelschwund (Sarkopenie) ab 35 – ein unabdingbares Schicksal? – Teil 2
Dr. med. Nesity Wagner

Für Artikel, die mit dem Namen des/der Autoren versehen sind oder im Namen einer Gesellschaft erscheinen, zeichnen allein die Urheber dieser Texte verantwortlich.