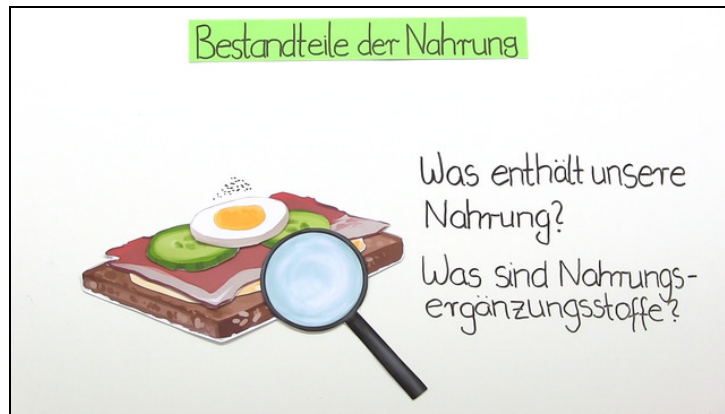




Arbeitsblätter zum Ausdrucken von [sofatutor.com](https://www.sofatutor.com)

# Nahrungsergänzungstoffe – Bestandteile der Nahrung



- 1 **Gib den Zusammenhang zwischen Vitamin- bzw. Mineralstoffmangel und möglichen Krankheiten wieder.**
- 2 Gib an, aus welchen Stoffen ein Pausenbrot bestehen kann.
- 3 Benenne die Bestandteile der Nahrungsmittel und ordne sie ein.
- 4 Ermittle die Vitamine in den Nahrungsmitteln.
- 5 Stelle den Vitaminen ihre Wirkungen im Körper gegenüber.
- 6 Erläutere, warum in manchen Ländern Speisesalz mit Iod und Trinkwasser mit Fluor angereichert wird.
- + mit vielen Tipps, Lösungsschlüsseln und Lösungswegen zu allen Aufgaben



Das komplette Paket, **inkl. aller Aufgaben, Tipps, Lösungen und Lösungswege** gibt es für alle Abonnenten von [sofatutor.com](https://www.sofatutor.com)



## Gib den Zusammenhang zwischen Vitamin- bzw. Mineralstoffmangel und möglichen Krankheiten wieder.

Verbinde die passenden Elemente miteinander.

Skorbut	A	1	Iodmangel
Knochenbrüche	B	2	Vitamin-D-Mangel
Beriberi	C	3	Kalziummangel
Schilddrüsenvergrößerung	D	4	Vitamin-C-Mangel
Rachitis	E	5	Vitamin-B1-Mangel



## Unsere Tipps für die Aufgaben

1  
von 6

### Gib den Zusammenhang zwischen Vitamin- bzw. Mineralstoffmangel und möglichen Krankheiten wieder.

#### 1. Tipp



Skorbut war früher eine Seefahrerkrankheit.

---

#### 2. Tipp

Christiaan Eijkman (Nobelpreis 1929) entdeckte das Thiamin (Vitamin B1). Er erkannte den Zusammenhang zwischen seiner Entdeckung und der Krankheit Beriberi.

---



## Lösungen und Lösungswege für die Aufgaben

1  
von 6

### Gib den Zusammenhang zwischen Vitamin- bzw. Mineralstoffmangel und möglichen Krankheiten wieder.

**Lösungsschlüssel:** A—4 // B—3 // C—5 // D—1 // E—2

Vitamine und Mineralstoffe sind lebenswichtig für den Körper. Ein Mangel kann zu Problemen und Krankheiten führen. Mangelercheinungen können zu folgenden Problemen und Krankheiten führen:

- Vitamin-C-Mangel zu Skorbut
- Vitamin-D-Mangel zu Rachitis
- Vitamin-B1-Mangel zu Beriberi
- Kalziummangel zu Knochenbrüchen
- Iodmangel zu Schilddrüsenvergrößerungen
- Eisenmangel zu Müdigkeit und Konzentrationsstörungen