

Literatur zum Beitrag:

Nährstoffempfehlungen

Dr. Alexander Ströhle, UGBforum 4/20

Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE), Österreichische Gesellschaft für Ernährung (ÖGE), Schweizerische Gesellschaft für Ernährungsforschung (SGE), Schweizerische Vereinigung für Ernährung (SVE): Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr. 1. Auflage, 3. vollständig durchgesehener und korrigierter Nachdruck. Frankfurt am Main: Umschau/Braus, 2008.

Frei B, Birlouez-Aragon I, Lykkesfeldt J. Authors' perspective: What is the optimum intake of vitamin C in humans? *Crit Rev Food Sci Nutr* 2012;52:815-29.

Gey F. Vitamin E plus C and interacting conutrients required for optimal health. *Biofactors* 1998; 7:113-74.

Hages M, Brönstrup A, Prinz-Langenohl R, Pietrzick K. Die neuen Dietary Reference Intakes – ein Beitrag zur internationalen Harmonisierung der Zufuhrmpfehlungen? *Ernähr-Umschau* 1999;46:130-5.

Hankinson SE, Stampfer MJ, Seddon JM, Colditz GA et al. Nutrient intake and cataract extraction in women: a prospective study. *BMJ* 1992;305:335-9.

Harper AE: Those pesky RDAs. *Nutr Today* 1974;9:15-6,19-22,27-8. Zitiert in: Pauling L. Are recommended daily allowances for vitamin C adequate? *Proc Natl Acad Sci U S A* 1974;71:4442-6.

Heaney RP. Long-latency deficiency disease: insights from calcium and vitamin D. *Am J Clin Nutr* 2003;78:912-9.

Heaney RP. Nutrients, endpoints, and the problem of proof. *J Nutr* 2008;138:1591-5.

Hemilä H. A re-evaluation of nutritional goals - not just deficiency counts. *Med Hypotheses* 1986;20:17-27.

Hemilä HO. Nutritional need versus optimal intake. *Med Hypotheses* 1984;14:135-9.

Knek P, Ritz J, Pereira MA, O'Reilly EJ et al. Antioxidant vitamins and coronary heart disease risk: a pooled analysis of 9 cohorts. *Am J Clin Nutr* 2004;80:1508-20.

Read MH, Bock MA, Carpenter K, Medeiros D et al. Health beliefs and supplement use: adults in seven western states. *J Am Diet Assoc* 1989;89:1812-3.

Robertson JM, Donner AP, Trevithick JR. Vitamin E intake and risk of cataracts in humans. *Ann N Y Acad Sci* 1989;570:372-82.

Spiekermann U. Ordnungsträume – Zur Geschichte der Ernährungsempfehlungen im 19. und 20. Jahrhundert. In: Schwarz M (Hrsg.): Ernährungsempfehlungen auf dem Prüfstand. Kassel: Kassel University Press, 2005, S:103-117

Ströhle A, Hahn A. [Vitamin C and immune function]. Med Monatsschr Pharm 2009;32:49-54.

Ströhle A, Zänker K, Hahn A. Nutrition in oncology: the case of micronutrients (review). Oncol Rep. 2010;24:815-28.

Ströhle A. Vitamin C in der Prävention – welche Dosis ist "optimal"? Dtsch Apothek Z 2012;152:4015-17

Wolters M, Hahn A. Nährstoffsupplemente aus Sicht des Konsumenten. Ernähr Umschau 2001;48:136-141.

Yoshida M, Takashima Y, Inoue M, Iwasaki M et al. Prospective study showing that dietary vitamin C reduced the risk of age-related cataracts in a middle-aged Japanese population. Eur J Nutr 2007;46:118-24.