

UGBforum



Literaturliste zum Beitrag:

Vitamin B₁₂:Wenn es knapp wird

Niko Rittenau, UGBforum, 4/20, S. 176-178

Obeid, R., Fedosov, S. N. & Nexo, E. (2015). Cobalamin coenzyme forms are not likely to be superior to cyano- and hydroxyl-cobalamin in prevention or treatment of cobalamin deficiency. *Mol Nutr Food Res*, 59(7), 1364–1372.

Kamath, A. & Pemminati, S. (2017). Methylcobalamin in Vitamin B12 Deficiency: To Give or not to Give? *J Pharmacol Pharmacother*, 8(1), 33–34.

Arslan, S. A., Arslan, L. & Tırnaklı, F. (2013). Cobalamins and methylcobalamin: Coenzyme of Vitamin B12. *J Pharm Sci*, 38(3), 151–157.

Thakkar, K. & Billa, G. (2015). Treatment of vitamin B12 deficiency--methylcobalamin? Cyancobalamin? Hydroxocobalamin?-clearing the confusion. *Eur J Clin Nutr*, 69(1), 1–2.

D-A-CH (2015). Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr – Vitamin B12. (2. Aufl.). Bonn: Neuer Umschau Buchverlag.

D-A-CH (2018). Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr – Vitamin B12. (2. Aufl., 4. aktual. Ausg.). Bonn: Neuer Umschau Buchverlag.

Biesalski, H. K. (2016). Vitamine und Minerale – Indikation, Diagnostik, Therapie. Stuttgart: Georg Thieme Verlag, 108.

Herrmann, W. & Obeid, R. (2008). Ursachen und frühzeitige Diagnostik von Vitamin-B12-Mangel. *Deutsches Ärzteblatt*, 105(40), 680–685

Crane, M. G., Sample, C. & Patchett, S. (1994). Vitamin B12 Studies in Total Vegetarians (Vegans). *Journal of Nutritional Medicine*, 4, 419–430

O'Leary, F. & Samman, S. (2010). Vitamin B12 in Health and Disease. *Nutrients*, 2(3), 299–316.

Watanabe, F., Abe, K., Fujita, T., Goto, M., Hiemori, M. & Nakano, Y. (1998). Effects of Microwave Heating on the Loss of Vitamin B12 in Foods. *J Agric Food Chem*, 46(1), 206–210

Gu, Q., Zhang, C., Song, D., Li, P. & Zhu, X. (2015). Enhancing vitamin B12 content in soy-yogurt by *Lactobacillus reuteri*. *Int J Food Microbiol*, 206, 56–59.

Croft, M.T., Lawrence,A.D., Raux--Deery, E., Warren,M.J. & Smith, A. G. (2005). Algae acquire vitamin B12 through a symbiotic relationship with bacteria. *Nature*, 438(7064), 90–93.

- Leitzmann, C. & Keller, M. (2013). Vegetarische Ernährung (3. Aufl.). Stuttgart: Verlag Eugen Ulmer, 255.
- O'Leary, F. & Samman, S. (2010). Vitamin B12 in Health and Disease. *Nutrients*, 2(3), 299–316
- Doscherholmen, A., McMahon, J. & Ripley, D. (1975). Vitamin B12 absorption from eggs. *Proc Soc Exp Biol Med*, 149(4), 987–90.
- Watanabe, F. (2007). Vitamin B12 sources and bioavailability. *Exp Biol Med (Maywood)*, 232(10), 1266–1274.
- National Institutes of Health. (2016) Vitamin B12 – Dietary Supplement Fact Sheet. Zugriff am 6. Mai 2020. Verfügbar unter <http://bit.ly/2blWI85>
- Gröber, U. (2018). Arzneimittel und Mikronährstoffe – Medikationsorientierte Supplementierung (4. Aufl.). Stuttgart: Wissenschaftlicher Verlagsgesellschaft Stuttgart, 204.
- Liu, Q., Li, S., Quan, H. & Li, J. (2014). Vitamin B12 Status in Metformin Treated Patients: Systematic Review. *PLoS One*, 9(6), e100379.
- Bauman, W.A, Shaw, S., Jayatilleke, E., Spungen, A.M. & Herbert, V. (2000). Increased intake of calcium reverses vitamin B12 malabsorption induced by metformin. *Diabetes Care*, 23(9), 1227-1231.
- Lüthgens, K. J. & Müller, M. (2012). Neuer Marker zur verbesserten Erkennung von Vitamin-B12-Mangelzuständen. Zugriff am 6. Mai 2020. Verfügbar unter <http://bit.ly/2s0WL2C>
- Gropper, S. S., Smith, J. L. & Carr, T. P. (2017). Advanced Nutrition and Human Metabolism (7. Aufl.). Boston: Cengage Learning, 353f.
- Elmadfa, I. & Leitzmann, C. (2015). Ernährung des Menschen (5. Aufl.). Stuttgart: Eugen Ulmer Verlag, 481.
- Nexo, E., Hvas, A. M., Bleie, Ø. et al. (2002). Holo-trans-cobalamin is an early marker of changes in cobalamin homeostasis. A randomized placebo-controlled study. *Clin Chem*, 48(10), 1768–1771.
- Biesalski, H. K. (2016). Vitamine und Minerale – Indikation, Diagnostik, Therapie. Stuttgart: Georg Thieme Verlag, 110.
- Deutsche Gesellschaft für Ernährung, Österreichische Gesellschaft für Ernährung, Schweizerische Gesellschaft für Ernährung. (2015). Referenzwerte für die Nährstoffzufuhr – Vitamin B12. (2. Aufl.), Bonn: Neuer Umschau Buchverlag.
- Gropper, S. S., Smith, J. L. & Carr, T. P. (2017). Advanced Nutrition and Human Metabolism (7. Aufl.). Boston: Cengage Learning, 354.
- O'Leary, F. & Samman, S. (2010). Vitamin B12 in Health and Disease. *Nutrients*, 2(3), 299–316.
- Gropper, S. S., Smith, J. L. & Carr, T. P. (2017). Advanced Nutrition and Human Metabolism (7. Aufl.). Boston: Cengage Learning, 354.
- Conzade R et al. (2017). Prevalence and Predictors of Subclinical Micronutrient Deficiency in German Older Adults: Results from the Population-Based KORA-Age Study. *Nutrients* 9 (12), 1276; doi.org/10.3390/nu9121276