

Mikronährstoffe in der Sportmedizin und Orthopädie

Dr. Frank Weinert und Prof. Dr. Karsten Knobloch (Hrsg.)

UNI-MED Science, 2., neubearb. Auflage 2020, 128 Seiten, 21 Abb., Hardcover, ISBN 978-3-8374-1591-9, Euro 29,80



Die Anwendung von Mikronährstoffen, insbesondere in der Sportmedizin und Orthopädie, gewinnt durch die immer zahlreicheren wissenschaftlichen Grundlagenarbeiten sowie durch das detaillierte Verständnis des Stoffwechsels unter Belastung, Erholung und Heilung zunehmend an Bedeutung. Daneben bleibt die Einnahme von Nahrungsergänzungsmitteln weit verbreitet, wobei die Empfehlungen zur Verwendung jedoch meist von Laien und nicht von Ärzten, Apothekern oder Ernährungsberatern kommen.

Die komplett aktualisierte Neuauflage dieser Monographie informiert alle interessierten Leser darüber, welche Anwendungen wann evidenzbasiert empfohlen werden können, welche Maßnahmen möglicherweise keinen Effekt haben und wo potentielle gesundheitliche Gefahren oder Risiken positiver Dopingtests lauern.

**Klinische
Lehrbuchreihe**

... Kompetenz und Didaktik!

SSSSSSSSSCIENCE