



Kleine Mineralstoff-Kunde

Zu einer gesunden Ernährung für unsere Haustiere gehören die Hauptbestandteile Kohlenhydrate, Fette und Proteine, aber zusätzlich auch bestimmte Bestandteile, die in winzigen Mengen dem Körper zugeführt werden müssen – wie die unverzichtbaren Mineralstoffe. Die kleine Mineralstoff-Kunde gibt einen Überblick über die wichtigsten Mineralstoffe. Mineralstoffe sind ganz wesentlich für den Aufbau von Knochen, Zähnen, Hormonen und Blutzellen. Sie erhalten die Gewebespannung, übertragen Reize und aktivieren Enzyme. Mineralien werden nach ihren Aufgaben und dem mengenmäßigen Anteil im Körper unterteilt. Nach Aufgaben unterscheidet man zwischen Bau- und Reglerstoffen. Zu den Baustoffen gehören Calcium, Phosphor und Magnesium. Zu den Reglerstoffen zählen Jod, Natrium, Kalium, Eisen und Chlor. Einige Elemente besitzen sowohl Bau- als auch Regeleigenschaften, wie z. B. Phosphor, das sowohl am Aufbau von Zähnen und Knochen beteiligt ist, aber gleichzeitig auch regulierend auf den Säuren-Basen-Haushalt wirkt. Eine weitere Aufteilung der Mineralien ergibt sich in der Konzentration. So werden sie in Mengen- und Spurenelemente unterteilt. Zu den Mengenelementen zählen Calcium, Chlor, Kalium, Magnesium, Natrium und Phosphor, zu den Spurenelementen gehören Kobalt, Eisen, Fluor, Jod, Kupfer, Mangan, Molybdän, Nickel, Selen, Vanadium, Zink und weitere. In der Natur gibt es über 90 Grundstoffe, von denen in Säugetieren ca. 50 nachgewiesen werden konnten. Für ungefähr 20 Mineralstoffe ist die Wirkung bekannt.

Durch viele wissenschaftliche Untersuchungen weiß man inzwischen, was ein Organismus an Vitaminen, Mineralstoffen und Spurenelementen benötigt. Diese wichtigen Stoffe sind in ausreichenden Mengen in unseren natürlichen Nahrungsmitteln vorhanden und ergänzen sich optimal. Natürliche Vitamine und Mineralstoffe werden vom Körper genau in der Menge aufgenommen, wie er sie gerade braucht. Im Gegensatz zu künstlichen Mineralstoffen und synthetischen Vitaminen werden die natürlichen nicht im Körper zwischengelagert und belasten dementsprechend den Organismus nicht!

Bei einer ausgewogenen und gesunden Ernährung wie mit dem Premium-Futter von Naturavetal benötigen unsere Tiere keine künstlichen Zusatzstoffe und synthetischen Ergänzungen.



Calcium

Vorkommen: In Getreide und Milchprodukten

Calcium ist wirksam bei der Unterstützung der Herztätigkeit, beim Aufbau gesunder Knochen und Zähne sowie bei Muskelaktivierung und Nervenerregung. Die Knochen enthalten fast das gesamte Calcium des Organismus. Ein kleiner Rest befindet sich im Blut und hat eine große Bedeutung für Nerven- und Muskelfunktionen sowie für die Fähigkeit zur Blutgerinnung.

Für eine gute Calcium/Phosphor-Versorgung im Körper ist es wichtig, dass sich das Calcium/Phosphor-Verhältnis auch in der Nahrungsaufnahme widerspiegelt. Dieses sollte 1,5:1 betragen.



Kupfer

Vorkommen: In Schalentieren und Kakao

Es steuert die Keratinisierung von Haar und Wolle, ist wichtig für Nervensystem sowie Fettstoffwechsel und besitzt eine wichtige Funktion in der Blut- und Pigmentbildung. Ohne Kupfer können Eisenstoffwechsel und Zellatmung nicht reibungslos funktionieren. Mangelerscheinungen: Geringe Eisenresorption, Leberschäden, Skelett- und Gefäßschäden (X- und O-Beinstellung), Ataxie und Anämie. Veränderungen an Haut und Haaren sowie Grauwerden von dunkel pigmentiertem Haar.



Eisen

Vorkommen: In Kaviar, Fleisch, Bohnen und Erbsen Eisen ist wichtig für den Sauerstoff- und Elektronentransport sowie notwendig bei der Energieumsetzung. Für die Bildung von roten Blutkörperchen ist es unentbehrlich. Mangelerscheinungen: Anämie (Blutarmut), vor allem bei der Laktation, erhöhte Infektionsanfälligkeit und geringe Gewichtszunahme.



Kalium

Vorkommen: In Kartoffeln, Gemüse, Obst und Getreideprodukten, vor allem in Bananen Es ist wichtig für Muskel- und Nervenregung, Verdauung und Säure-Basen-Haushalt. Zusammen mit Natrium, Calcium und Chlor wirkt es auf die Herzmuskeltätigkeit.



Magnesium

Vorkommen: Hauptsächlich in grünem Blattgemüse, Milchprodukten und Fleisch, ungeschältem Reis und Hafer Magnesium steuert Muskel- und Nervenfunktionen, ist wichtig für Knochen- und Zahnaufbau sowie für die Enzymaktivierung (es ist an der Wirkung von rund 300 Enzymen beteiligt).



Mangan

Vorkommen: In Haferflocken und grünem Blattgemüse Mangan hat seine Bedeutung fürs Knochenwachstum und wirkt unterstützend beim Fett- und Kohlenhydratstoffwechsel. Außerdem ist es wichtig für Zellfunktion/-struktur und Immunfunktion.

Mangelerscheinungen: Verminderung der Konzentration, nervöse Störungen, gestörter Skelettaufbau, verdickte Gelenke und Bewegungsunlust sowie eine gestörte Fruchtbarkeit und Aborte.



Natrium

Vorkommen: In Salz, Milchprodukten, Milch und Fleisch Funktionell ist es für Muskel- und Nervenregung, Wasserhaushalt, Säuren-Basen-Haushalt und zur Regulierung des osmotischen Drucks notwendig.



Phosphor

Vorkommen: In Fleisch, Wurst, Milch und Milchprodukten, Gemüse, Getreide und Hülsenfrüchten Außer der Muskel- und Gehirntätigkeit unterstützt es Knochen- und Zahnaufbau und ist für den gesamten Stoffwechsel sowie Säure-Basen-Haushalt mitverantwortlich. Phosphor ist ebenso Bestandteil vieler Enzyme und u.a. auch als energiereiche Verbindung an Freisetzung und Wiederaufbau von Zellenergie (ATP, ADP) beteiligt. Für eine gute

Calcium/Phosphor-Versorgung im Körper ist es wichtig, dass sich das Calcium/Phosphor-Verhältnis auch in der Nahrungsaufnahme widerspiegelt. Dieses sollte 1,5:1 betragen.



Schwefel

Vorkommen: In Eiern, Milch, Fleisch und einigen Pflanzen wie Knoblauch und Bärlauch Schwefel ist für die Aminosäuren Cystein, Cystin und Methionin ein wichtiger Baustoff. Er wird vor allem beim Wachstum und beim Umbau von Gewebe benötigt.



Selen

Vorkommen: In Fisch und Fleisch Selen ist wichtig für den Schutz der Zellen vor oxidativer Zerstörung. Es hilft beim Fettsäurestoffwechsel und hat eine wichtige Immunfunktion.



Zink

Vorkommen: In Eiern und Haferflocken Zink ist ein lebensnotwendiges Element, das in über 200 Enzymen vorhanden ist. Es ist unverzichtbar für die Umsetzung von Vitamin A und der mehrfach ungesättigten Fettsäuren. Außerdem hat es eine große Bedeutung für Haut, Nägel, Schleimhaut, Bauchspeicheldrüse und viele andere Organe. Zink ist auch Bestandteil des Insulins. Mangelerscheinungen: Fell- und Haarschäden, Skelettschädigungen, geringe Hodenentwicklung, Schwächung des Immunsystems sowie krankhafte Hautverdickungen und Haarausfall, verzögerte Wundheilung und allgemeine Mattigkeit.