

FORTBILDUNG

Mitmachen und punkten!

	A	B	C
1	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
2	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
3	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
4	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
5	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
6	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
7	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
8	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
9	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
10	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>

Einsendeschluss ist der **30. November 2015.**

DIE PTA IN DER APOTHEKE
Stichwort: »Vitamine und Mineralstoffe«
Postfach 57 09
65047 Wiesbaden

Oder klicken Sie sich bei www.pta-aktuell.de in die Rubrik Fortbildung. Die Auflösung finden Sie dort im nächsten Monat.

Unleserlich, uneindeutig oder unvollständig ausgefüllte Fragebögen können leider nicht in die Bewertung einfließen, ebenso Einsendungen ohne frankierten/adressierten Rückumschlag.



VITAMINE UND MINERALSTOFFE

In dieser Ausgabe von DIE PTA IN DER APOTHEKE 11/2015 sind zum Thema zehn Fragen zu beantworten. Lesen Sie den Artikel, kreuzen Sie die Buchstaben der richtigen Antworten vom Fragebogen im nebenstehenden Kasten an und schicken Sie diesen Antwortbogen zusammen mit einem adressierten und frankierten Rückumschlag an unten stehende Adresse. Oder Sie klicken sich bei www.pta-aktuell.de in die Rubrik Fortbildung und beantworten den Fragebogen online. Wer mindestens acht Fragen richtig beantwortet hat, erhält in der Kategorie 7 (Bearbeitung von Lektionen) einen Fortbildungspunkt. Die Fortbildung ist durch die Bundesapothekerkammer unter BAK 2014/361 akkreditiert und gilt für die Ausgabe 11/2015.

Ihr PTA
Fortbildungs-
punkt

Ihr Fortbildungspunkt zum Thema

Datum

Stempel der Redaktion

Absender

Name

Vorname

Beruf

Straße

PLZ/Ort

Ich versichere, alle Fragen selbstständig und ohne die Hilfe Dritter beantwortet zu haben.

Datum/Unterschrift

Kreuzen Sie bitte jeweils eine richtige Antwort an und übertragen Sie diese auf die Titelseite der Fortbildung.

1. Welche Aussage ist falsch?

- A. Vitamine werden in der Regel nicht selber vom menschlichen Organismus synthetisiert.
- B. Vitamin D wird in der Haut durch Einwirkung von UV-Strahlung gebildet.
- C. Vitamine werden im Gramm-Bereich benötigt.

2. Folgende Vitamine zählen zu den wasserlöslichen Vitaminen:

- A. Vitamin B₁, B₂, D und Pantothensäure.
- B. Vitamin E und Folsäure.
- C. Vitamin B₆, B₁₂ und Biotin.

3. Mengenelemente liegen in einer Konzentration ...

- A. < 5 Milligramm pro Kilogramm Körpergewicht vor.
- B. > 5 Milligramm pro Kilogramm Körpergewicht vor.
- C. > 50 Milligramm pro Kilogramm Körpergewicht vor.

4. Welche Aussage ist falsch? Zur Gruppe der sekundären Pflanzenstoffe zählen ...

- A. Phytosterine.
- B. Polyphenole.
- C. Provitamine.

5. Welche Aussage ist richtig? Bei den Referenzwerten handelt es sich um ...

- A. Nährstoffmengen, die gesunde Personen vor mangelbedingten Gesundheitsschäden schützen.
- B. Nährstoffmengen, die vorbeugend Krankheiten verhüten sollen.
- C. Nährstoffmengen, die unter 50 Milligramm pro Kilogramm Körpergewicht liegen.

6. Natürliche Folsäureverbindungen, die in der Nahrung enthalten sind, heißen ...

- A. Folsäure.
- B. Folate.
- C. Calciferol.

7. Die DGE empfiehlt derzeit für Erwachsene und Jugendliche eine tägliche Folatzufuhr von ...

- A. 200 Mikrogramm.
- B. 300 Mikrogramm.
- C. 400 Mikrogramm.

8. Die DGE empfiehlt Erwachsenen und Jugendlichen eine tägliche Vitamin-D-Zufuhr von ...

- A. 5 Mikrogramm.
- B. 10 Mikrogramm.
- C. 20 Mikrogramm.

9. Ein Mikrogramm Vitamin D entspricht ...

- A. 20 Internationalen Einheiten (IE).
- B. 40 Internationalen Einheiten (IE).
- C. 50 Internationalen Einheiten (IE).

10. Vitamin E wird auch bezeichnet als ...

- A. Retinol.
- B. Tocopherol.
- C. Calcitriol.