

Wirkstoff/ Medikamente	Indikation	Vermehrter Verbrauch	Mögliche Folgen einer Unterversorgung
<b>ACE-Hemmer</b> z.B. Captopril	Bluthochdruck	Zink	Müdigkeit, Infektanfälligkeit, Hautprobleme
<b>Acetylsalicylsäure</b> z.B. ASS, Aspirin	Herz-Kreislauf-Erkrankungen, Schmerzen	Eisen, Vitamin B12, Folsäure, Vitamin C	Müdigkeit, Infektanfälligkeit, schlechte Wundheilung, Magenschleimhautproblem
<b>Paracetamol, Diclofenac, Ibuprofen</b>	Schmerzen, Entzündung	Eisen, Vitamin B12, Folsäure	Müdigkeit, Infektanfälligkeit, Leistungsschwäche
<b>Antazida</b> z.B. Maalox, Riopan, Talcid	"Magenschutz", Sodbrennen	Eisen, Zink, Calcium, Magnesium	Müdigkeit, Infektanfälligkeit, Hautprobleme, Störungen Knochenstoffwechsel
<b>Protonenpumpenhemmer</b> z.B. Omeprazol, Pantoprazol	"Magenschutz", Sodbrennen	Vitamin B12, Calcium, Magnesium, Eisen	Blutarmut, Nervenstörungen, Verstopfung, Störungen Knochenstoffwechsel
<b>Glucocorticoide</b> ("Cortison")	Autoimmunerkrankungen	Vitamin D, Calcium, Vitamin	Knochenabbau, Infektanfälligkeit, Müdigkeit
<b>Statine</b> z.B. Simvastatin, Lovastatin	Erhöhte Cholesterinspiegel	Coenzym Q10	Erschöpfung, Schwäche, Muskelschwäche, Muskelschmerzen
<b>Colestyramin</b>	Erhöhte Cholesterinspiegel	Vitamin A, C, D, E, K, Folsäure, Vitamin B12	Knochenabbau, Zellschäden, Erschöpfung
<b>Diuretika - Thiazide</b> z.B. Hydrochlorothiazid, HCT G.L.	Herzschwäche, Bluthochdruck	Zink, Magnesium, Kalium, B-Vitamine	Infektanfälligkeit, Muskelkrämpfe, Nervenprobleme
<b>Diuretika - Schleifendiuretika</b> z.B. Torasemid, Furon	Herzschwäche, Bluthochdruck	Vitamin B1, Magnesium, Calcium, Kalium, Zink	Infektanfälligkeit, Muskelkrämpfe, Nervenprobleme
<b>Orale Kontrazeptive</b> ("Pille")	hormonelle Verhütung	Vitamin C, B12, B6, Folsäure, Magnesium	Infektanfälligkeit, Nervenstörungen, erhöhter Homocysteinspiegel, Blutarmut

Quelle: Interaktion - Arzneimittel und Mikronährstoffe, Uwe Gröber, 2. Auflage; Orthomolekulare Medizin, Uwe Gröber, 3. Auflage