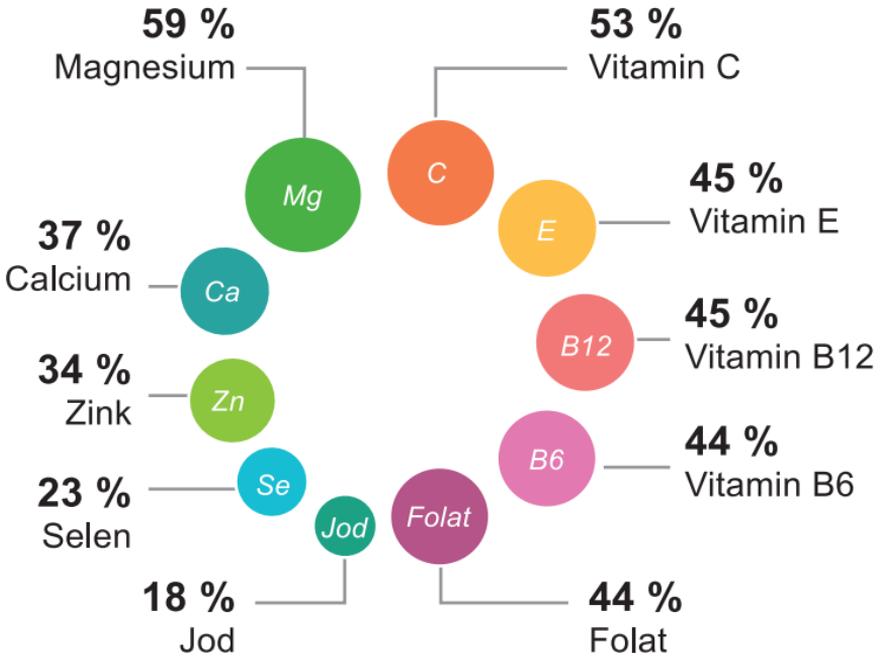


# Bewusster Umgang mit Nahrungsergänzungsmitteln

## Top 5 der Nährstoffe



*Am häufigsten verwenden die Verbraucher Nahrungsergänzungsmittel mit Magnesium (59 %) und Vitamin C (53 %).*

© Arbeitskreis Nahrungsergänzungsmittel des Bund für Lebensmittelrecht und Lebensmittelkunde e. V. (BLL AK NEM)

Quellen: Heinemann M et al. Verwendung von Nahrungsergänzungsmitteln mit Vitaminen und Mineralstoffen – Ergebnisse einer deutschlandweiten Verbraucherbefragung. J Verbr Lebensm 2015; 2: 131–142  
Willers J et al. Welche Bedeutung besitzt die Mehrfachverwendung von Nahrungsergänzungsmitteln? Daten einer deutschlandweiten Verbraucherbefragung. J Verbr Lebensm 2015; 2: 1–9