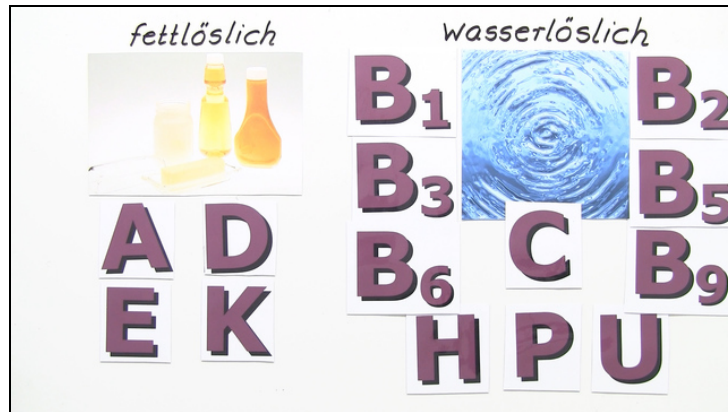




Arbeitsblätter zum Ausdrucken von [sofatutor.com](https://www.sofatutor.com)

# Vitamine



- 1 **Nenne Personengruppen mit erhöhtem Vitaminbedarf.**
- 2 **Nenne die Hauptbestandteile des Proviants auf den Schiffen im 16. Jahrhundert.**
- 3 **Unterscheide zwischen wasserlöslichen und fettlöslichen Vitaminen.**
- 4 **Begründe den Ursprung des Wortes *Vitamine*.**
- 5 **Erläutere Eigenschaften und Bedeutung von Vitamin C.**
- 6 **Erläutere das Problem bei Verabreichung von reinem Vitamin C.**
- + **mit vielen Tipps, Lösungsschlüsseln und Lösungswegen zu allen Aufgaben**



Das komplette Paket, **inkl. aller Aufgaben, Tipps, Lösungen und Lösungswege** gibt es für alle Abonnenten von [sofatutor.com](https://www.sofatutor.com)



## Nenne Personengruppen mit erhöhtem Vitaminbedarf.

Ordne die Personen entsprechend zu.



Jeder menschliche Organismus benötigt für den Ablauf des Stoffwechsels die Zufuhr von Vitaminen. Es gibt aber bestimmte Gruppen von Menschen, die eine erhöhte Vitaminzufuhr benötigen.

Aber welche Menschen sollten durch gewisse Umstände oder gesundheitliche Probleme überdurchschnittlich hohe Mengen an Vitaminen aufnehmen?

Alkoholiker <b>1</b>	Studenten <b>2</b>	Raucher <b>3</b>	Minister <b>4</b>
Professoren <b>5</b>	Schwangere <b>6</b>	Lehrer <b>7</b>	Kranke <b>8</b>
Journalisten <b>9</b>	alte Menschen <b>10</b>	Sportler <b>11</b>	Kinder <b>12</b>
Pförtner <b>13</b>	Bürgermeister <b>14</b>	AIDS-Kranke <b>15</b>	Philosophen <b>16</b>

---

---

---

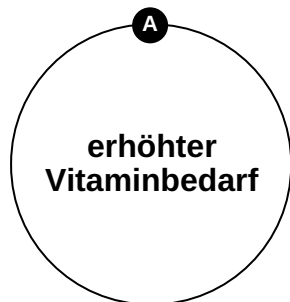
---

---

---

---

---



---

---

---

---

---

---

---

---



## Unsere Tipps für die Aufgaben

1  
von 6

### Nenne Personengruppen mit erhöhtem Vitaminbedarf.

#### 1. Tipp

Es sind die Personengruppen auszuwählen, die zusätzliche Vitamine unbedingt benötigen.

---

#### 2. Tipp

Für viele Berufe benötigt man keine zusätzliche Vitaminzufuhr.

---



## Lösungen und Lösungswege für die Aufgaben

1  
von 6

### Nenne Personengruppen mit erhöhtem Vitaminbedarf.

**Lösungsschlüssel:** A: 1, 3, 6, 8, 10, 11, 12, 15 // B: 2, 4, 5, 7, 9, 13, 14, 16

Generell ist eine gewisse Überdosierung von Vitaminen für die meisten Vitamine nicht gefährlich. Überschüssige Mengen werden einfach ausgeschieden.

Bei bestimmter Anstrengung, im Krankheitsfall oder bei anderer Beanspruchung ist eine erhöhte Vitaminzufuhr nützlich. Allerdings sind grundsätzlich zusätzliche Dosen an Vitaminen für praktisch alle Personengruppen nützlich.

#### Personen mit erhöhtem Vitaminbedarf

- Kinder
- Schwangere
- Sportler
- alte Menschen
- Kranke
- Raucher
- Alkoholiker
- AIDS-Kranke

#### Personen, die keinen erhöhten Vitaminbedarf aufweisen

- Studenten
- Professoren
- Minister
- Bürgermeister
- Lehrer
- Pförtner
- Philosophen
- Journalisten