

Ergebnisse der im Rahmen einer Diplomarbeit an der HS Niederrhein durchgeführten Meinungsumfrage (Teilerhebung):

„Anwendung von Antioxidantien in der Sporternährung“

Erstellt von:

Jan Sadowski - Student an der HS Niederrhein

Durchführung:

05.2004 – 11.2004

Hinweis!

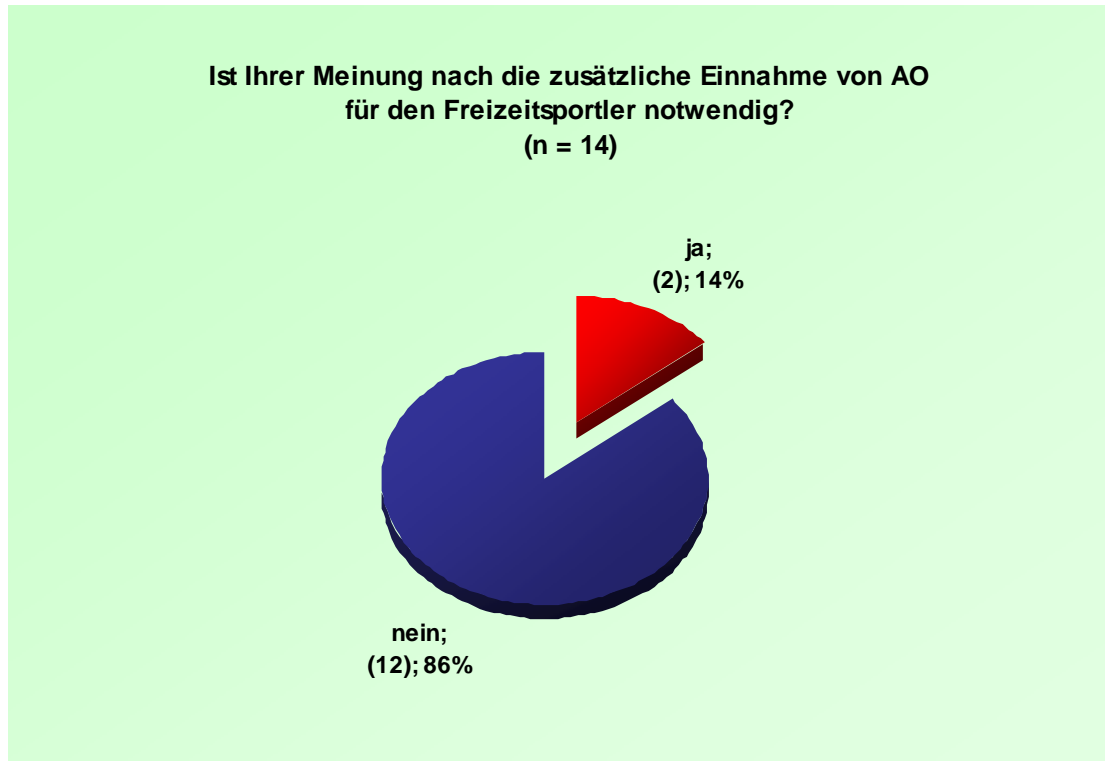
Die Fragen wurden von den Befragten unter Berücksichtigung einer ausgewogenen Ernährung des Sportlers beantwortet!

Teilnehmer:

- PhD. Jackson, Universität Liverpool, Dep. of Movement Science and Physical Educ.
- PhD. Clarkson, Universität Massachusetts, Department of Exercise Science
- Prof. Weiss, Universität Paderborn, Abteilung Sportmedizin
- Prof. Heck, Universität Bochum, Abteilung Sportmedizin
- Dr. Berwing, Sportklinik Bad Nauheim, Abteilung Kardiologie
- Dr. Wolz, niedergelassener Arzt
- Dr. Braun, Olympiastützpunkt Köln/Bonn/Leverkusen, Ernährungsberatung
- Dr. Meyer, Universität Saarbrücken, Abteilung Sportmedizin, Olympiastützpunkt Saarbrücken, Arzt
- Dipl.oec.troph. Schröder, Institut für Sporternährung e.V., Bad Nauheim, Forschung, Entwicklung, Ernährungskommunikation
- Dipl.oec.troph. Dickau, Olympiastützpunkt Frankfurt-Rhein-Main, Ernährungsberatung
- Dolins, Ernährungswissenschaftlerin, Universität Columbia, Columbia
- Dipl.oec.troph. Breitenstein, selbstständiger Buchautor
- Dipl.oec.troph Lemberger und Prof. Braumann, Institut für Sport- und Bewegungsmedizin, Hamburg
- Prof. Böning, Institut für Sportmedizin, Berlin

Ergebnisse:

Antioxidantieneinnahme - Freizeitsportler

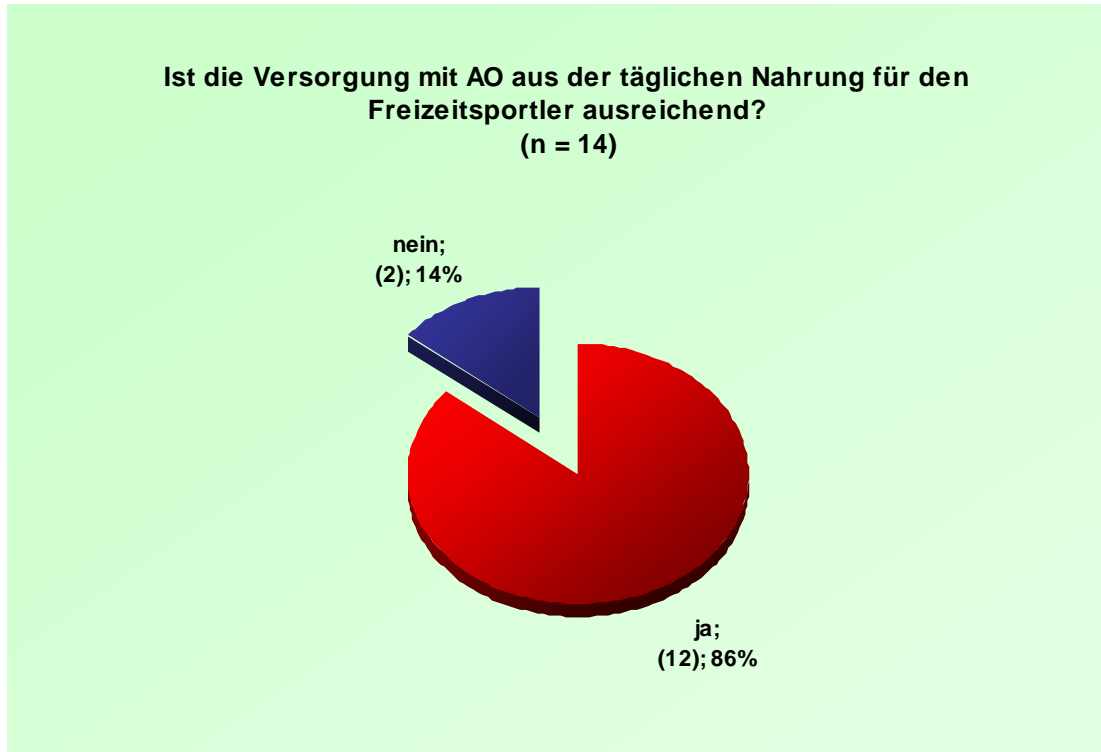


Antioxidantieneinnahme Leistungssportler



Ergebnisse:

Antioxidantienversorgung durch Ernährung – Freizeitsportler

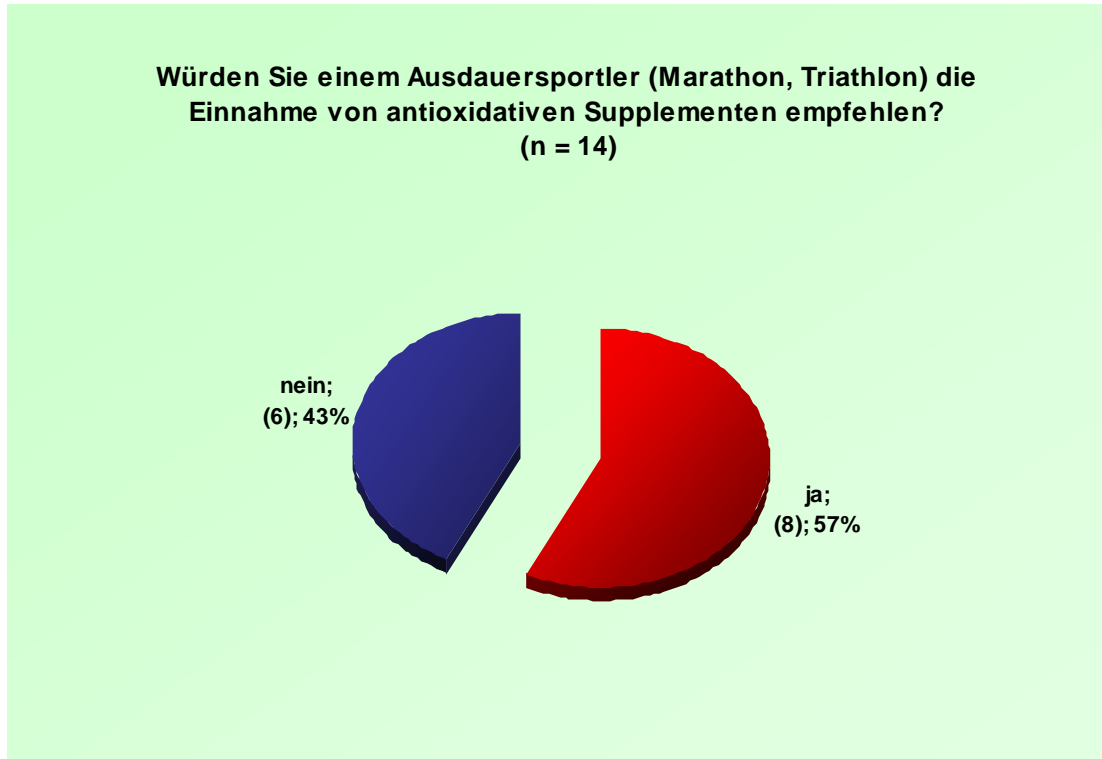


Antioxidantienversorgung durch Ernährung – Leistungssportler

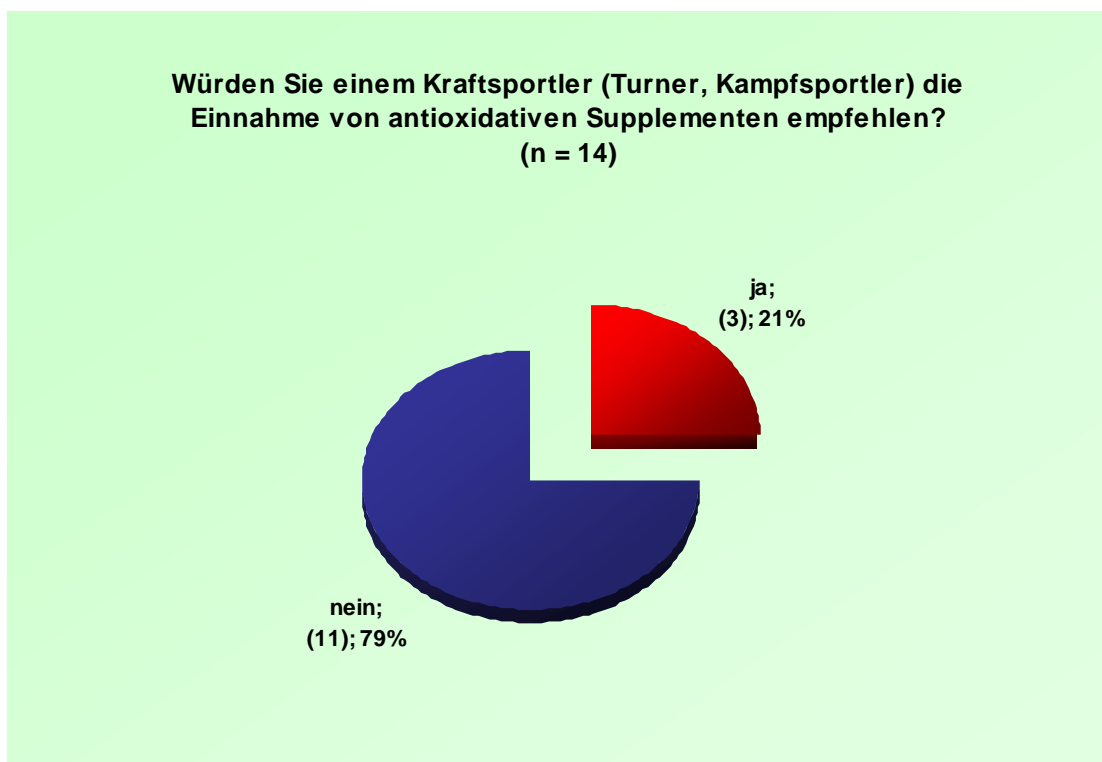


Ergebnisse:

Notwendigkeit von Supplementen für Ausdauersportler

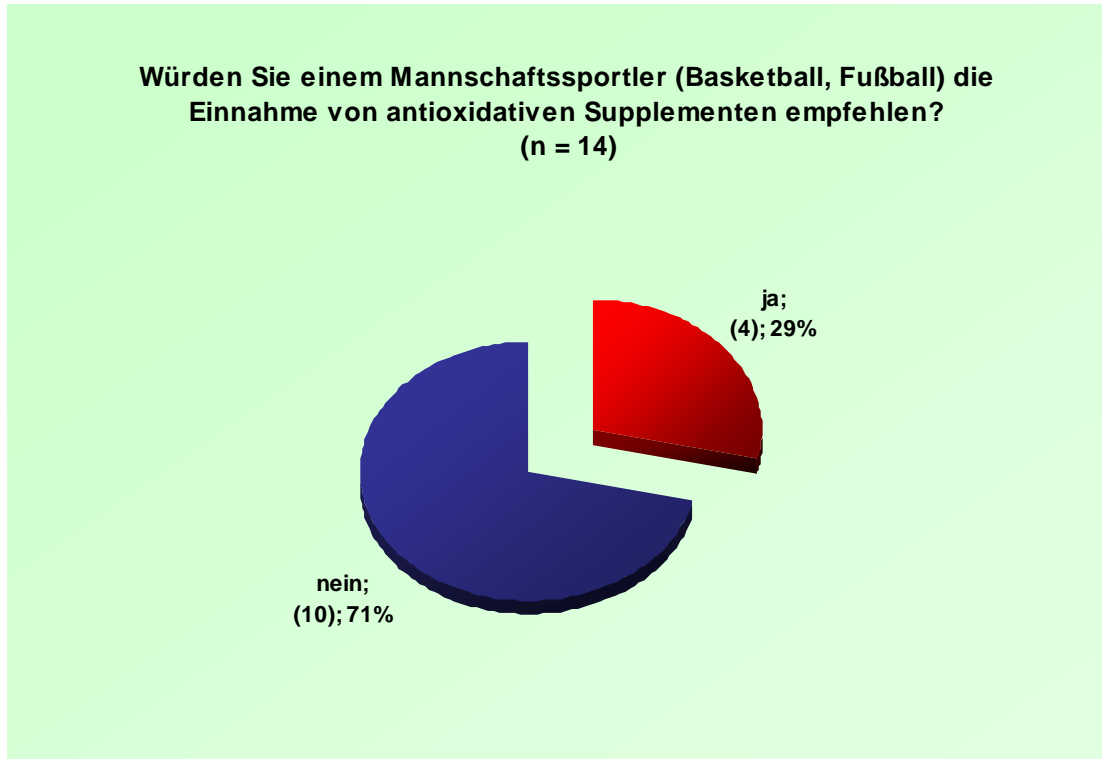


Notwendigkeit von Supplementen für Kampfsportler

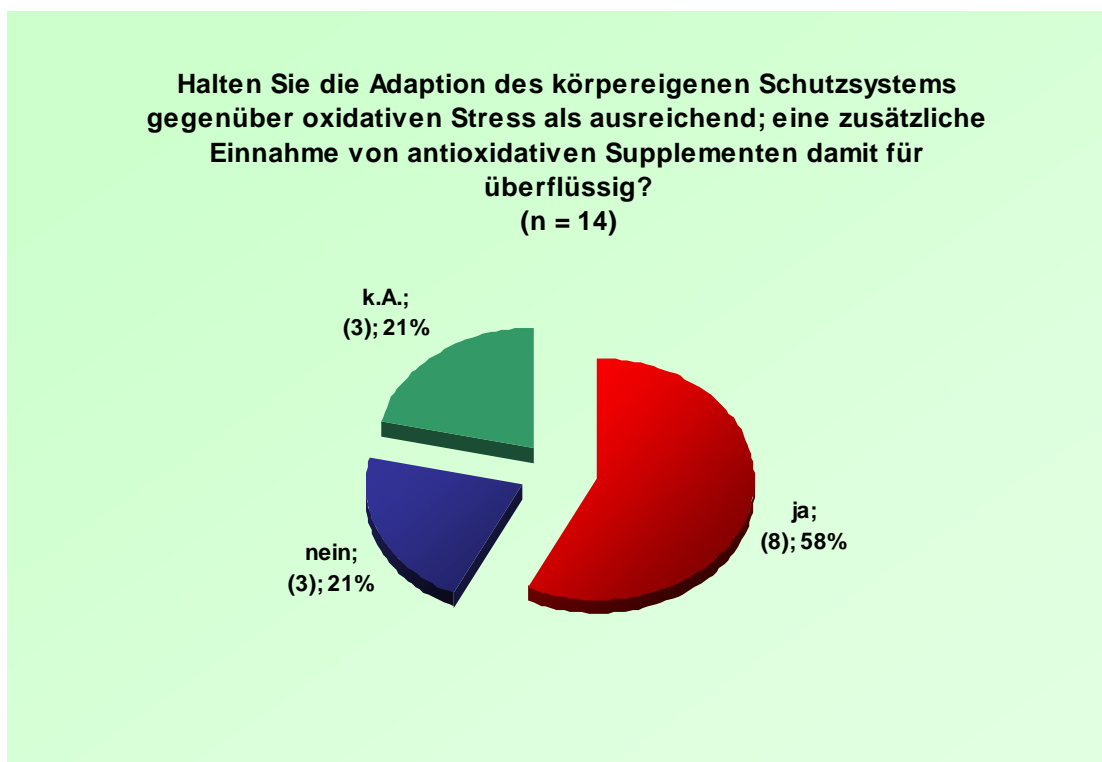


Ergebnisse:

Notwendigkeit von Supplementen für Mannschaftssportler

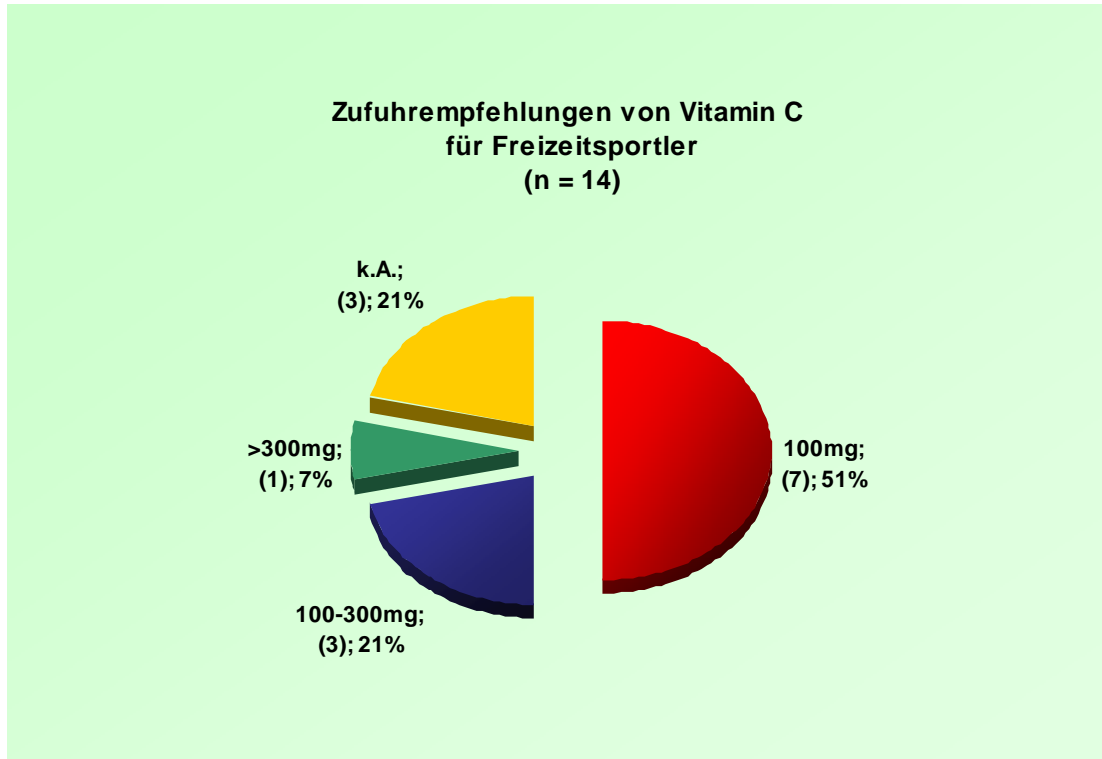


Effektivität - Körpereigenes Schutzsystem

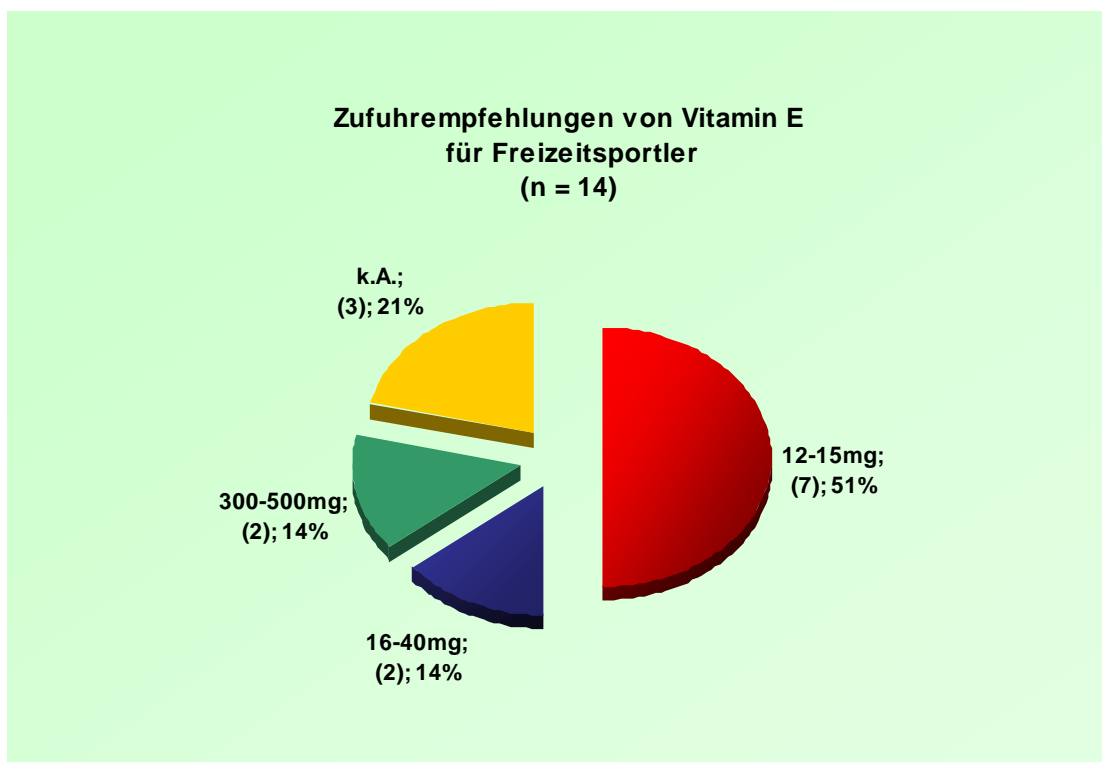


Ergebnisse:

Zufuhrempfehlung Vitamin C – Freizeitsportler

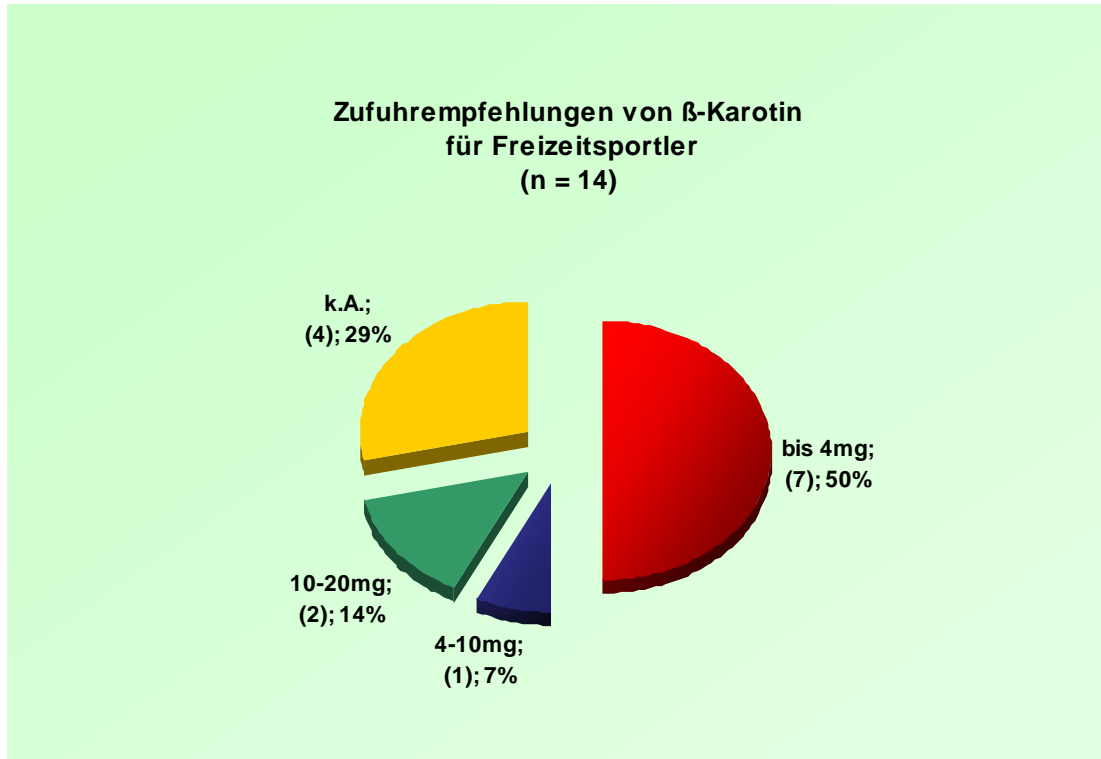


Zufuhrempfehlung Vitamin E – Freizeitsportler

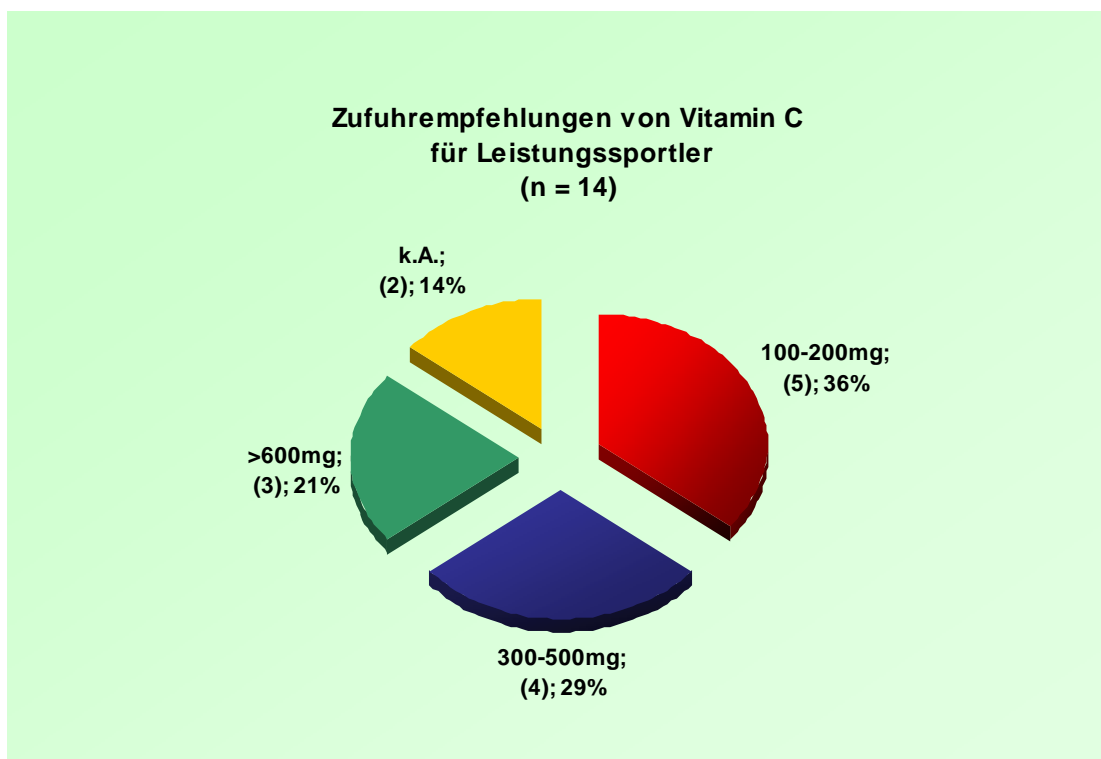


Ergebnisse:

Zufuhrempfehlung β -Karotin – Freizeitsportler

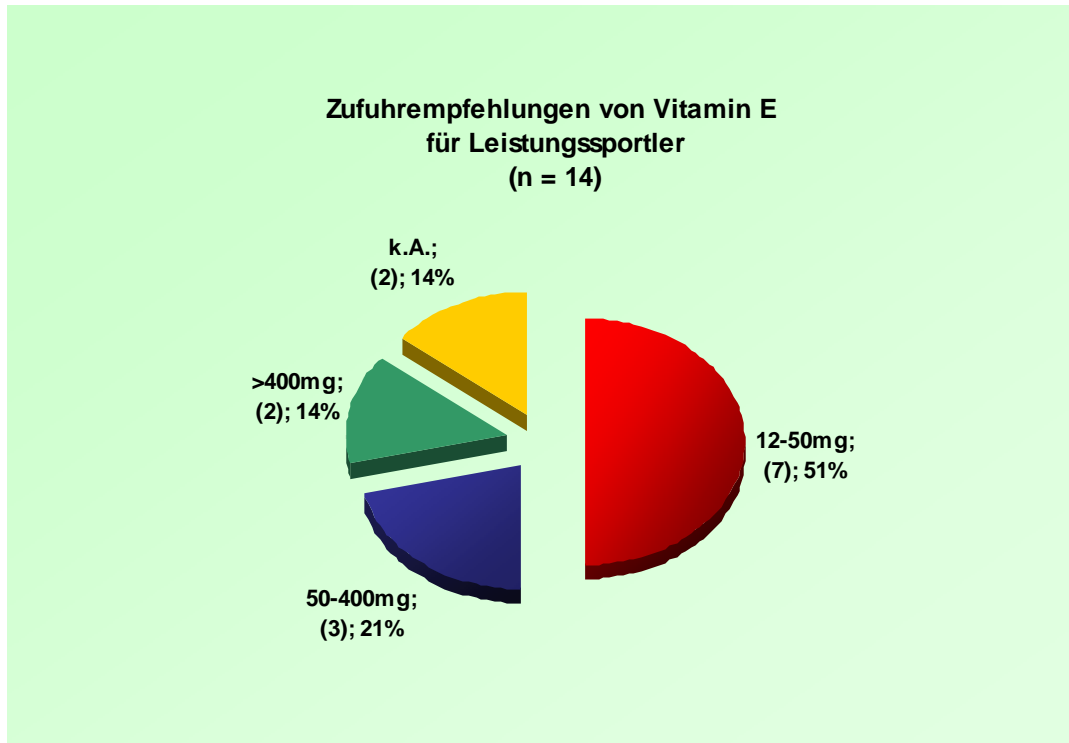


Zufuhrempfehlungen Vitamin C – Leistungssportler

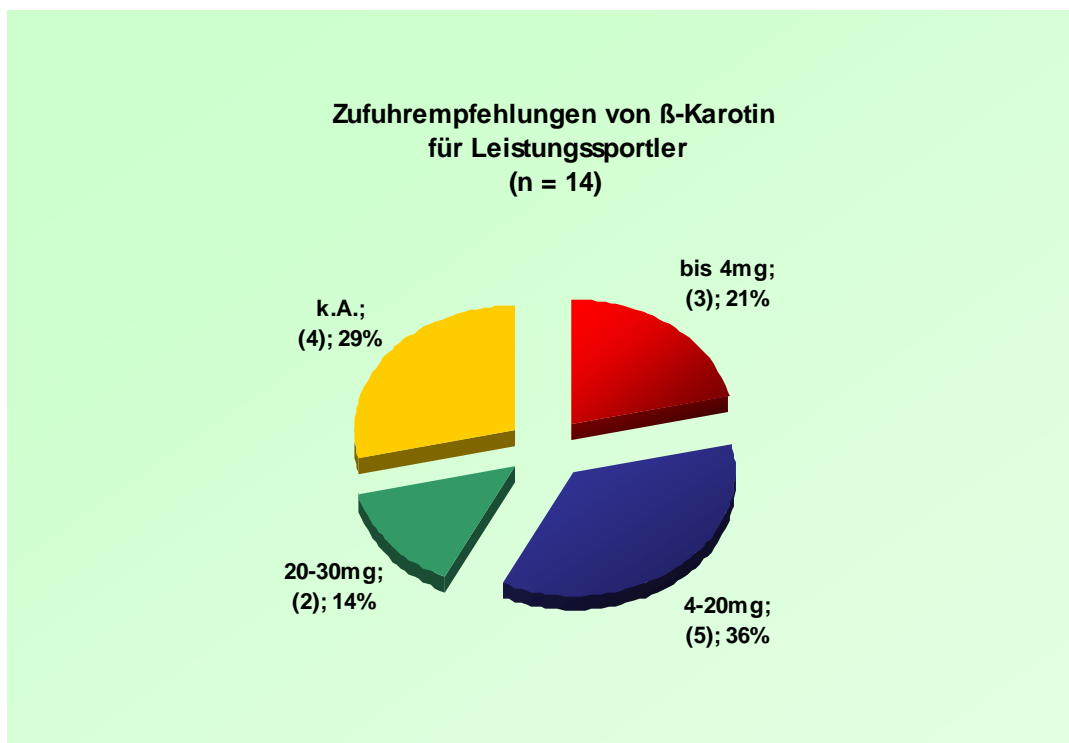


Ergebnisse:

Zufuhrempfehlung Vitamin E – Leistungssportler

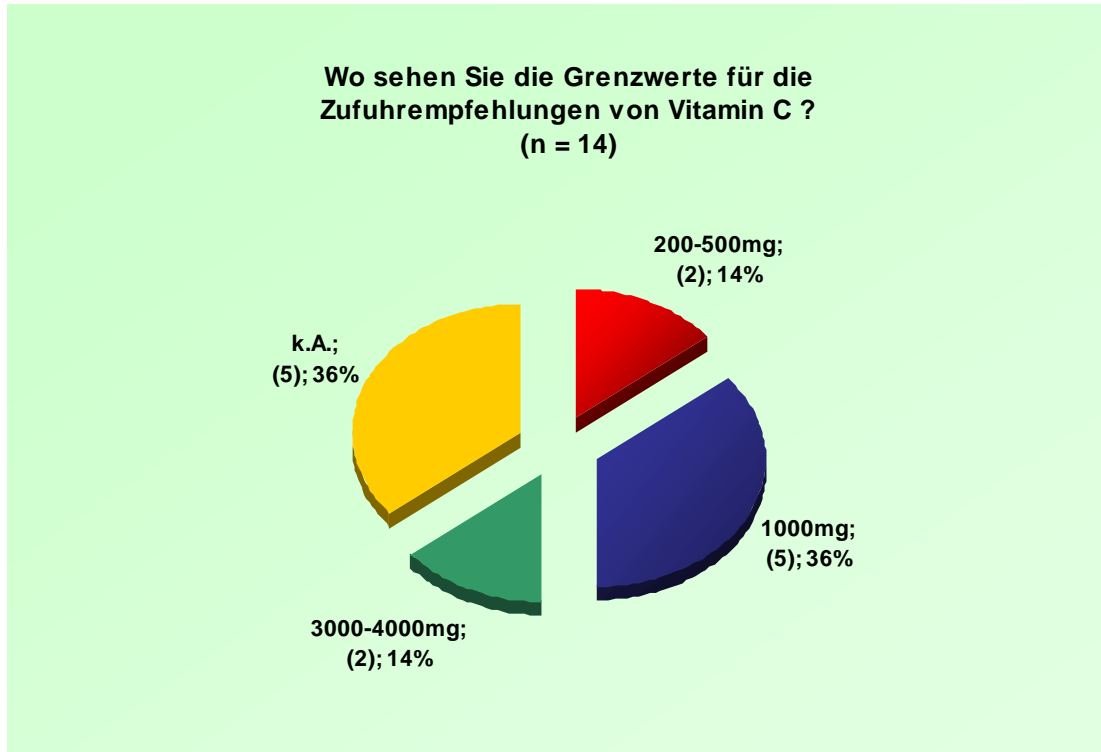


Zufuhrempfehlung β -Karin – Leistungssportler

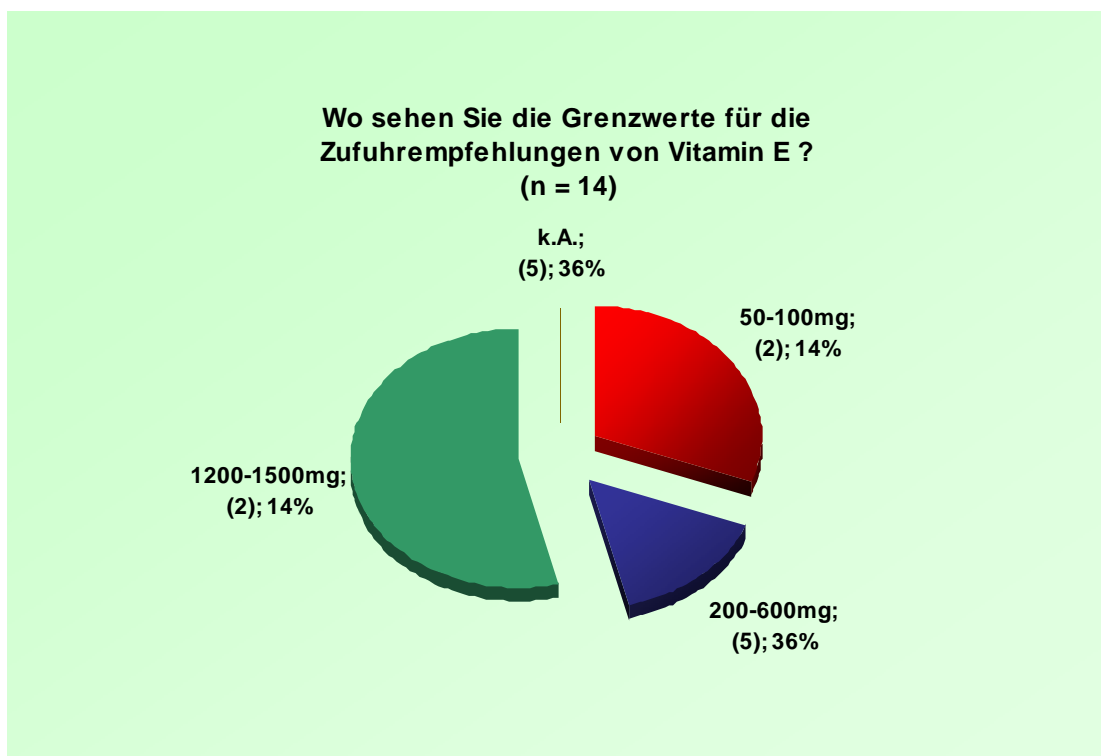


Ergebnisse:

Grenzwerte für Zufuhrempfehlung von Vitamin C

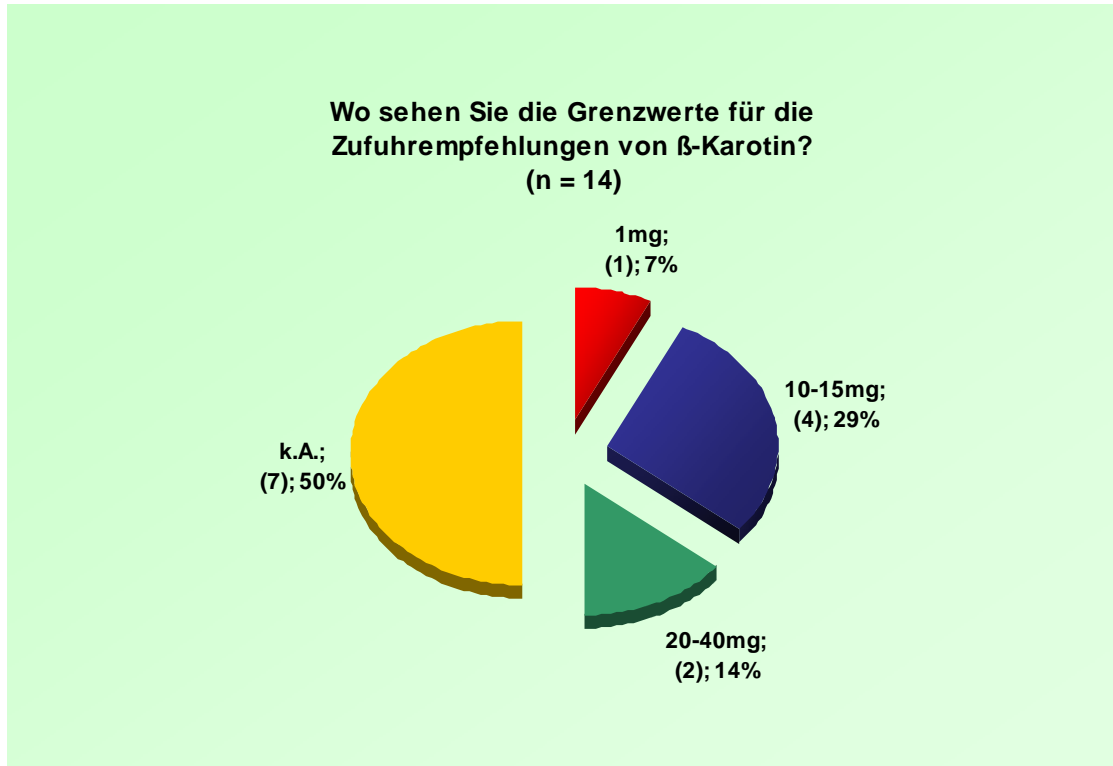


Grenzwerte für Zufuhrempfehlung von Vitamin E

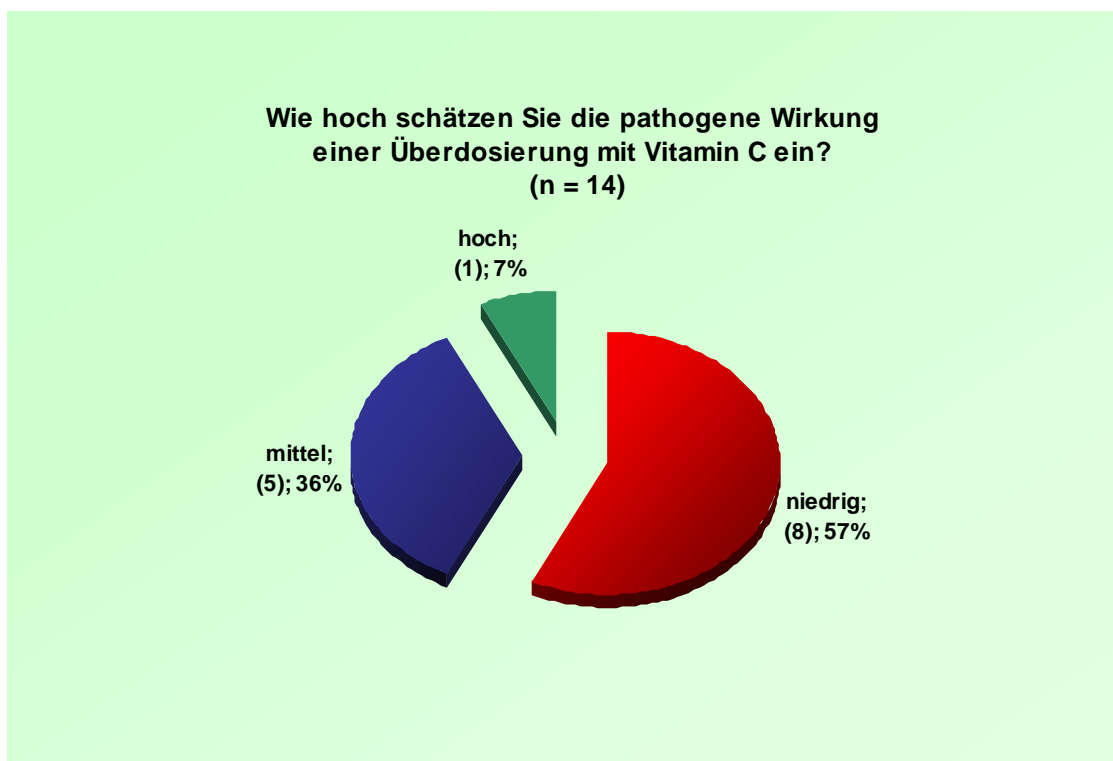


Ergebnisse:

Grenzwerte für Zufuhrempfehlung von β -Karotin

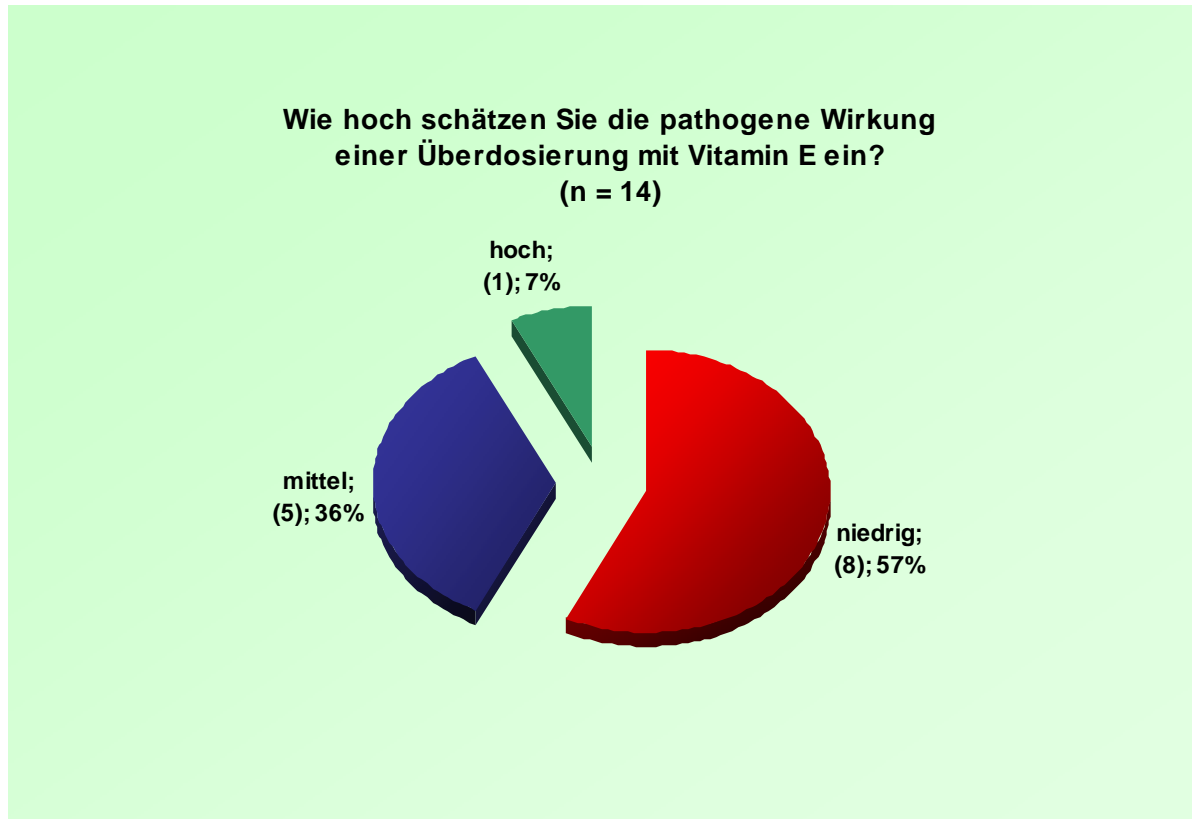


Pathogene Wirkung überhöhter Vitamin C Dosierung



Ergebnisse:

Pathogene Wirkung überhöhter Vitamin E Dosierung



Pathogene Wirkung Wirkung erhöhter β -Karotin Dosierung

Antwort:

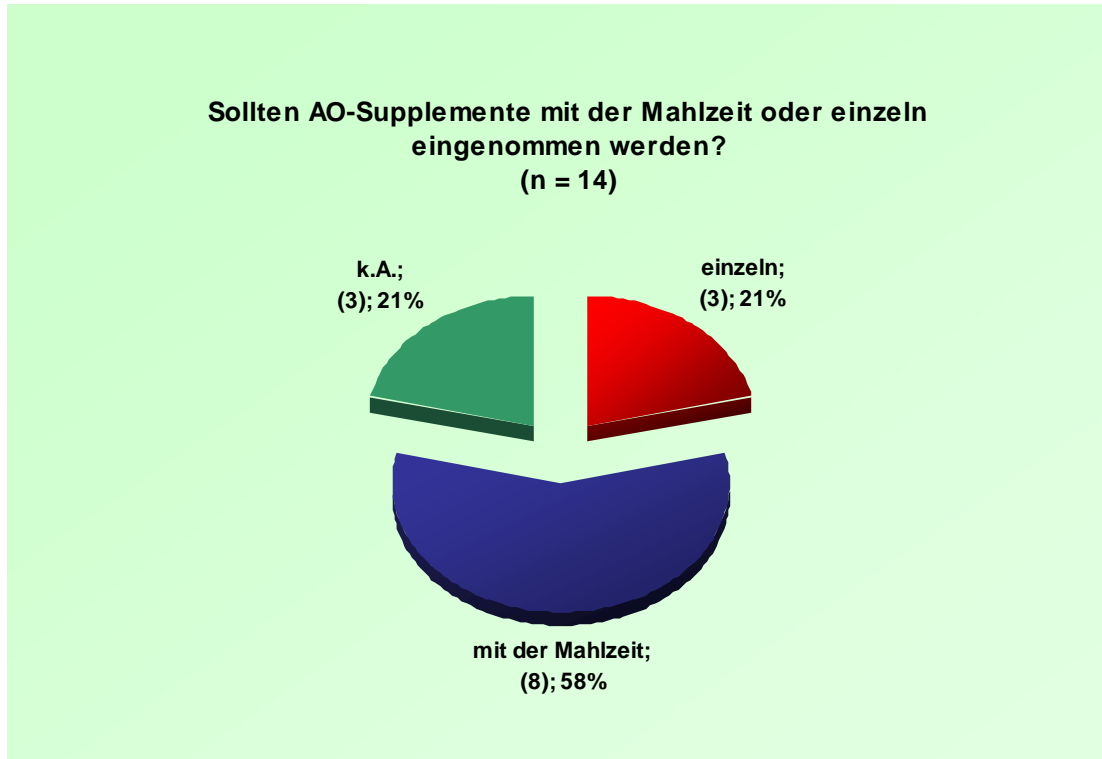
50% (7) – niedrig

50% (7) – mittel

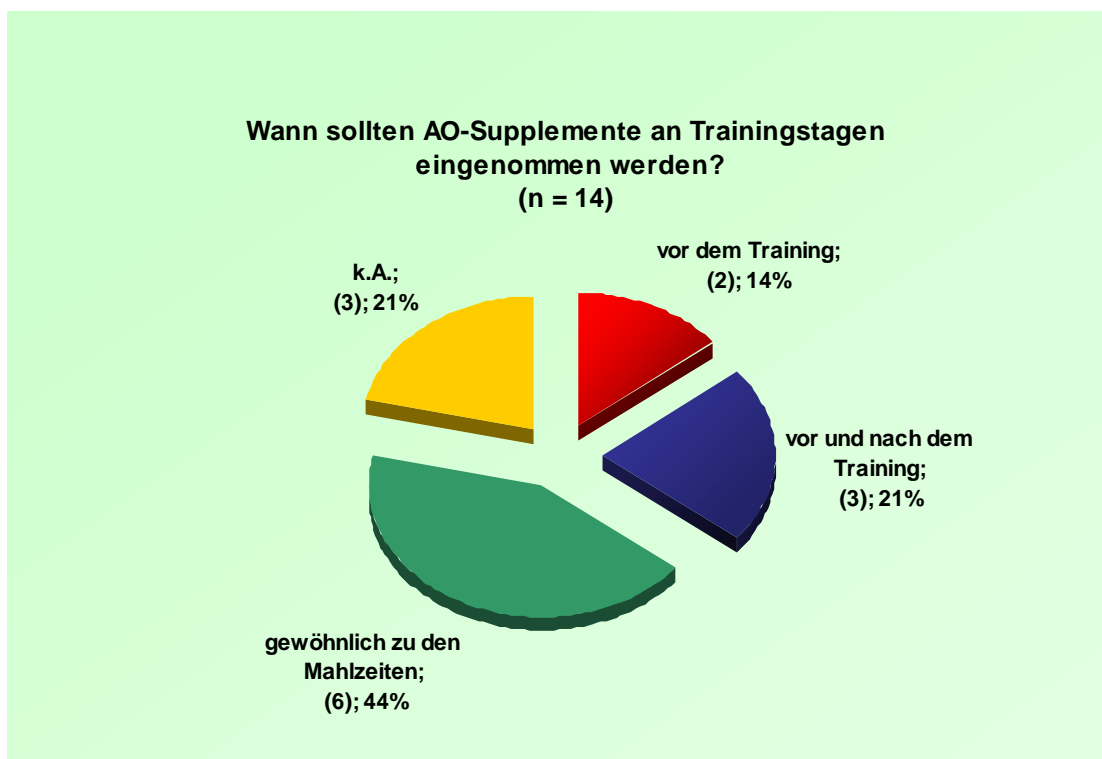
Grafik leider nicht mehr vorhanden!

Ergebnisse:

Zeitpunkt für Zufuhr von Antioxidantien (AO)

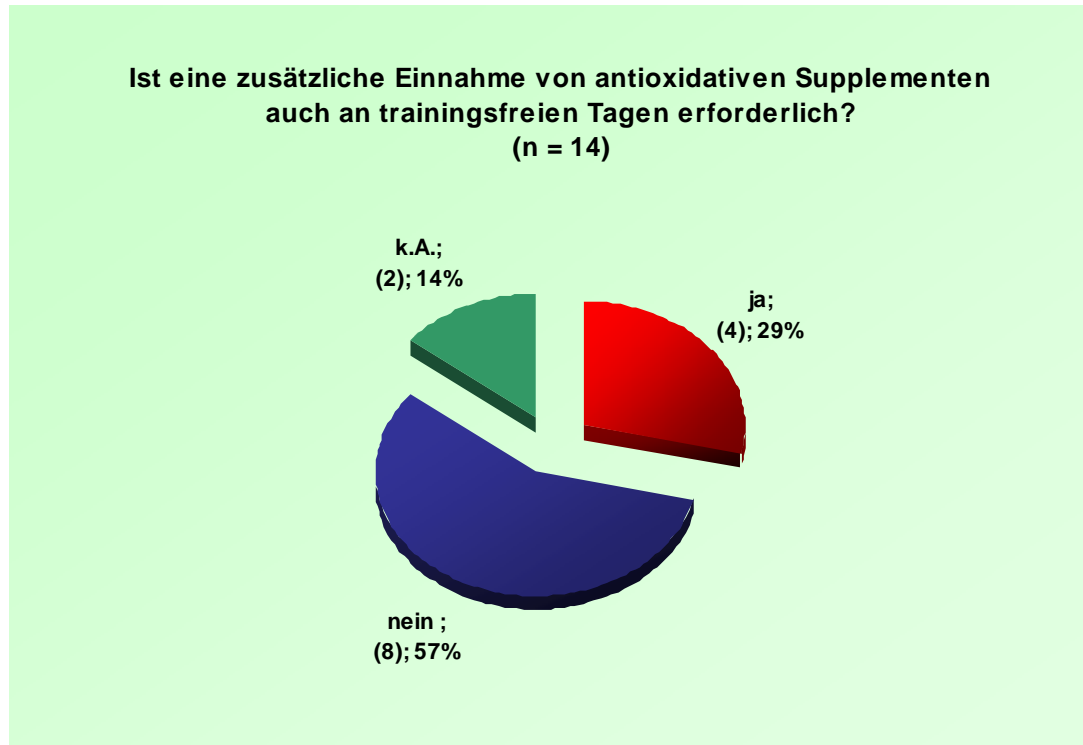


Zufuhr von Antioxidantien (AO) an Trainingstagen

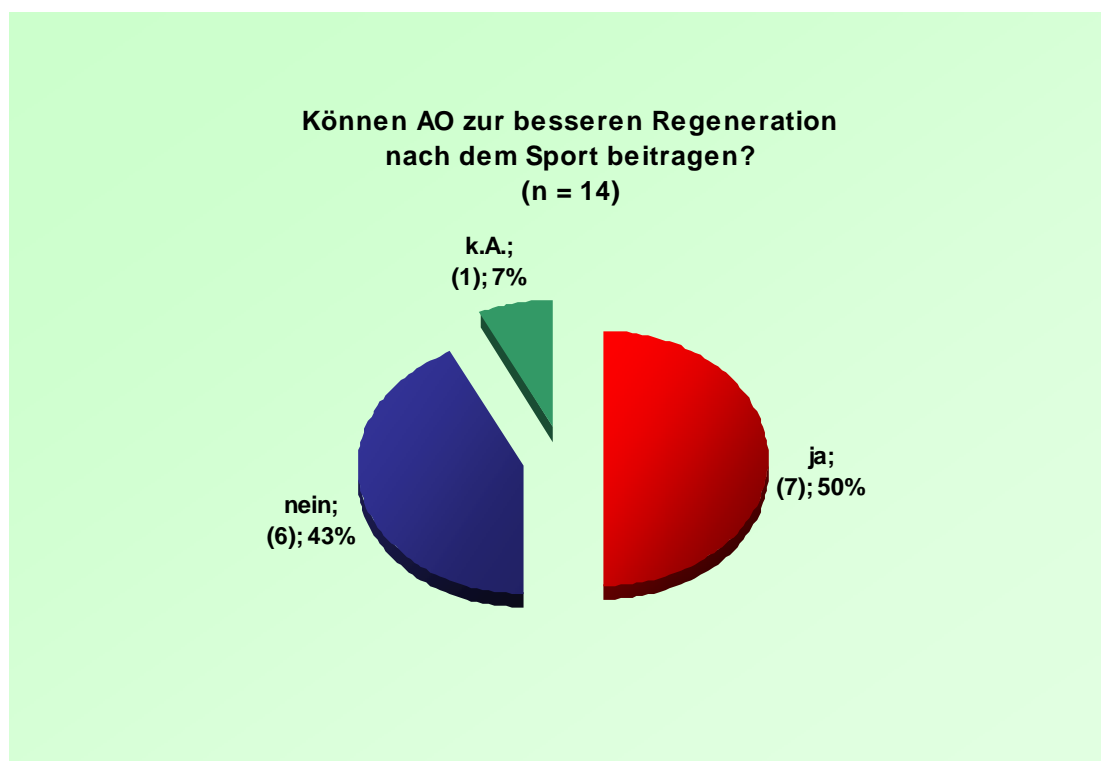


Ergebnisse:

Zufuhrempfehlung an trainingsfreien Tagen



Einfluss von Antioxidantien (AO) auf Regeneration



Ergebnisse:

Qualität Antioxidantien-Produkte

Sehen Sie einen Unterschied zwischen "Qualität" bzw.
"biologischer Verfügbarkeit" von Supplementen aus dem
Supermarkt oder der Apotheke?
(n = 14)

