

Inhaltsverzeichnis

Grußwort	7
Vorwort.	9
Die Entdeckung von Vitamin B6	11
Forschung zu Vitamin B6	13
Der Stoffwechsel von Vitamin B6 im Menschen	17
Die Vitamin-B6-Aufnahme	35
Vitamin-B6-Mangel	51
Vitamin-B6-Quellen	59
Toxizität von Vitamin B6	69
Genetische Erkrankungen des Vitamin-B6-Stoffwechsels	91
Vitamin B6 und Aminosäuren	107
P5P-abhängige Enzyme	115
Nervensystem	127
Angst	145
Depression	149
Demenz	155
Fatigue	159
Schlaf	165
Entzündungen	167
Oxidativer Stress	193
Rheumatoide Arthritis	201
Zuckerstoffwechsel und Diabetes	205
Covid 19	223
Herz-Kreislauf	227
Hypertonie	241
Gynäkologie	247

Hormone	253
Darm/Mikrobiom	261
Lebererkrankungen	281
Fettstoffwechsel	285
Histaminstoffwechsel	289
Immunsystem	291
Krebs	303
Orthopädie	329
Nierensteine	337
Labordiagnostik	341
Medikamente und Vitamin B6	365
Kontakt:	377
Anhang	379