

Dennis Mangan

# Gesundheitsrisiko Eisen

Wenn zu viel des Guten  
krank macht



VAK Verlags GmbH  
Kirchzarten bei Freiburg

# Inhalt

|   |     |
|---|-----|
| Vorworte .....  | 7   |
| Einführung  |     |
| Eisen – wenn der Tod auf leisen Sohlen kommt .....  | 15  |
| 1. Eisen lässt den Körper altern .....  | 21  |
| 2. Eisen und Herzerkrankungen .....   | 35  |
| 3. Eisen und Krebs .....  | 43  |
| 4. Eisen wird mit Gehirnerkrankungen und kognitivem Abbau<br>in Verbindung gebracht ..... | 51  |
| 5. Diabetes, Fettleibigkeit und Eisen .....   | 59  |
| 6. Eisen spielt bei vielen Krankheiten eine Rolle .....                                   | 67  |
| 7. So bekommen Sie Ihren Eisenwert und Ihre Gesundheit<br>in den Griff .....              | 85  |
| 8. Fazit .....  | 117 |
| Anhang .....  | 121 |
| Über den Autor .....  | 141 |