

Chlorid



Vorkommen	Koch- und Meersalz, Fertigsuppen, Schinken, Kasslers
Wirksamkeit	Regulierung Wasserhaushalt, Regulation Säure-Basen-Haushalt
Mangel	Wachstumsstörungen, Muskelschwäche, Kreislaufstörungen, Durchfall, Schwitzen
Überdosierung	Chlorvergiftung
erhöhter Bedarf	Erbrechen
Eigenschaften	Mengenelement
tägl. Bedarf	830 mg
Bemerkungen	