

CO NA CO ? – minerały

układ kostno – stawowy	zespół stałego zmęczenia	odporność	układ sercowo - naczyniowy	układ hormonalny	funkcje neuromięśniowe i psychiczne	działanie antynowotworowe
magnez	magnez	magnez	magnez	magnez	magnez	magnez
wapń	jod	cynk	wapń	jod	wapń	selen
fosfor	mangan	żelazo	jod	cynk	cynk	wanad
molibden	cynk	-	selen	selen	mangan	-
mangan	chrom	-	fosfor	molibden	fosfor	-
wanad	selen	-	mangan	mangan	żelazo	-
-	miedź	-	wanad	żelazo	-	-
-	żelazo	-	-	-	-	-
układ krwiotwórczy	gospodarka węglowodanowa	skóra włosy paznokcie	zdrowie oczu	wzrost dziecka	minerały przeciwtoksyczne	zwalczanie wolnych rodników
żelazo	magnez	magnez	selen	wapń	magnez	selen
miedź	chrom	miedź	chrom	jod	cynk	cynk
-	mangan	mangan	cynk	wanad	selen	miedź
-	cynk	żelazo	-	cynk	-	mangan
-	-	cynk	-	-	-	-
-	-	selen	-	-	-	-