



Mobiler Gesundheits-Service:

Neu: Die ferro sanol® Eisenrechner-App

Eisenmangel gehört zu den häufigsten Mangelerscheinungen weltweit. Hierzulande sind es vielfach junge Frauen, die – gemessen an ihrem Bedarf - oft zu wenig des lebenswichtigen Spurenelements mit der täglichen Nahrung aufnehmen. Aber wer weiß schon, wie viel Eisen in einem Salat steckt? Ob das Steak wirklich den ganzen Tagesbedarf an Eisen deckt oder das in den unterschiedlichen Nahrungsmitteln enthaltene Eisen für den Körper eigentlich gut verfügbar ist?

Mit der App eine eisenreiche Mahlzeit errechnen

Entwickelt von SANOL bietet die neue Eisenrechner-App für iOS und Android-Geräte eine umfangreiche Nahrungsmitteldatenbank für jeden Tag. Sie errechnet den ungefähren Eisengehalt pro 100 Gramm oder pro Portion des angezeigten Lebensmittels. Darüber hinaus zeigt die App bei den einzelnen Lebensmitteln an, ob der Körper das enthaltene Eisen auch gut aufnehmen kann. Auch ganze Mahlzeiten können auf ihren Eisenwert überprüft und so individuell optimiert werden. Mithilfe der App kann ebenfalls abgeschätzt werden, ob über den Tag verteilt ausreichend Eisen aufgenommen wurde. Der ganz persönliche Eisen-Check für jeden Tag!

Die Eisenrechner-App ist kostenlos und sowohl für iOS-Geräte im App Store wie auch für Android-Geräte im Play Store zum Download erhältlich.

Weitere interessante Themen finden Sie auf unserer Webseite www.eisenmangel.de .