



ANDREAS AGELIDAKIS

UNGESUNDE E-NUMMERN

**KRANKHEITEN, BEI DENEN ZUSATZSTOFFE EINE
ROLLE SPIELEN KÖNNEN**

UNGESUNDE E-NUMMERN

Krankheiten, bei denen Zusatzstoffe eine Rolle spielen können

Abführend

E 406, E 410, E 412, E 420, E 424, E 473-E 475, E 953, E 965, E 966, E 967

ADHS, Aufmerksamkeitsdefizithyperaktivitätsstörung

E 102, E 280-E 283

ADS siehe ADHS

Allergien, allergieähnliche Reaktionen

E 100, E 101, E 102, E 104, E 110, E 120, E 122, E 123, E 124, E 131, E 132, E 151, E 155, E 160b, E 160 c, E 180, E 200, E 202, E 203, E 210-E 213, E 214-E 219, E 220-E, 224, E 226-E 228, E 300- E 304, E 305-E 309, E 322, E 412, E 414, E 421, E 479 b, E 620-E 625

Allergischer Schnupfen

E 210, E 214-E 219, E 220-E 224, E 226-E 228, E 414

Alzheimer siehe Neurodegenerative Erkrankungen

Amyotrophe Lateralsklerose (ALS) siehe Neurodegenerative Erkrankungen

Anaphylaktischer Schock

E 101, E 120, E 220-E 224, E 226-E 228, E 412, E 414, E 421

Asthma

E 102, E 110, E 120, E 122, E 123, E 124, E 151, E 155, E 160 b, E 160 c, E 180, E 210, E 214-E 219, E 220-E 224, E 226-E 228, E 300-E 304, E 305- E 309, E 414, E 421, E 620-E 625

Asthmaähnliche Anfälle

E 102, E 110, E 120, E 122, E 123, E 124, E 151, E 155, E 160b, E 160c, E 180, E 210, E 214-E 219, E 220-E 224, E 226-E 228, E 414, E 421, E 620-E 625

Atemnot

E 102, E 110, E 120, E 122, E 123, E 124, E 151, E 155, E 160 b, E 160 c, E 180, E 210, E 214-E 219, E 220-E 224, E 226-E 228, E 421

Aufmerksamkeitsdefizithyperaktivitätsstörung siehe ADHS

Aufmerksamkeitsdefizit-syndrom siehe ADHS

Ausschlag

E 100, E 102, E 110, E 120, E 122, E 123, E 124, E 132, E 151, E 155, E 160b, E 160c, E 180, E 200, E 220-E 224, E 226-E 228, E 414, E 421

Bauchschmerzen siehe »Abführend«

Beifußpollenallergie

E 100

Blähungen siehe »Abführend«

Blaufärbung der Lippen, Schleimhäute und Haut siehe Methämoglobinämie

Bluthochdruck

E 338-341, E 343, E 442, E 450-E 452, E 541, E 1410-E 1414, E 1442

China-Restaurant-Syndrom

E 620-E 625, E 951, E 962

Cyanose siehe Methämoglobinämie

Darmkrebs

E 160 a

Darmschäden

E 220-E 224, E. 226-E 228, E 424

Diabetes

E 249-E 252, E 300-E 304, E 305-E 309

Durchfall siehe » Abführend«

Entzündungen

E 306-E 309, E 338-E 341, E 343, E 442, E 450-E 452, E 541, E 1410-E 1414, E 1442

Erbgutschädigend, im Reagenzglasversuch

E 102, E 104, E 124, E 127, E 133, E 150 c, E 151, E 320, E 321

Erbgutschädigend, im Tierversuch

E 123, E 124, E 127, E 129, E 133, E 142, E 320, E 321

Fettsucht siehe Übergewicht Gefäßschädigend

E 306-E 309

Geschlechtsfunktionen, Störung

E 102, E 104, E 110, E 122, E 123, E 127, E 129, E 131, E 133, E 142, E 151, E 155,
E 173, E 180, E 330, E 521-E 523

Gicht

E 626-E 635

Giftig für Katzen

E 210-E 219

Gliederschmerzen siehe China-Restaurant-Syndrom

Hautirritationen

E 100, E 102, E 110, E 120, E 122, E 123, E 124, E 132, E 151, E 155, E 160b, E 160c, E 180, E
200, E 220-E 224, E 226-E 228, E 421

Hautrötungen

E 100, E 102, E 110, E 120, E 122, E 123, E 124, E 132, E 151, E 155, E 160b,
E 160 c, E 180, E 200, E 220-E 224, E 226-E 228, E 414, E 421

Hautschwellungen

E 100, E 102, E 110, E 120, E 122, E 123, E 124, E 132, E 151, E 155, E 160a,
E 160b, E 160c, E 180, E 200, E 220-E 224, E 226-E 228, E 421

Herz-Kreislauf-Schäden

E 160a, E 249-E 252, E 300-E 304, E 305-E 309, E 338-341, E 343, E 420,
E 442, E 450-E 452, E 541, E 967, E 1410-E 1414, E 1442

Hyperaktivität siehe ADHS

Immunsystemschädigend

E 102, E 123, E 150 c, E 955

Knochenschwund

E 338-341, E 343, E 442, E 450-E 452, E 541, E 1410-E 1414, E 1442

Kontaktallergie

E 100, E 104, E 235, E 414

Kontaktekzem siehe Kontaktallergie

Konzentrationsstörungen siehe ADHS

Kopfschmerzen

E 220-E 224, E 226-E 228, E 620-E 625, E 951, E 962 Krebs E 102, E 151,
E 249-E. 252, E 306-E 309, E 320, E 321, E 407, E 951, E 952, E 954, E 962

Lernschwächen siehe ADHS

Lungenkrebs

E 160 a

Mangelercheinungen

E 400-E 405

Methämoglobinämie

E 249-E 252, E 310-E 312, E 320, E 321

Migräne siehe China-Restaurant-Syndrom

Multiple Sklerose (MS) siehe Neurodegenerative Erkrankungen

Nackenschmerzen siehe China-Restaurant-Syndrom

Nervenschäden

E 620-E 625

Nesselsucht

E 100, E 102, E 110, E 120, E 122, E 123, E 151, E 155, E 160b, E 160c, E 180,
E 200, E 220-E 224, E 226-E 228, E 412, E 421

Neurodermitis (Hautkrankheit)

E 100, E 102, E 180

Nierenschäden

E 233, E 300-E 304, E 338-341, E 343, E 442, E 450-E 452, E 541,
E 1410-E 1414, E 1442

Ödeme siehe Hautschwellungen

Osteoporose siehe Knochenschwund

Parkinson siehe Neurodegenerative Erkrankungen

Phenylketonurie (Stoffwechselkrankheit)

E 952

Schlafstörungen siehe ADHS

Schlaganfall

E 306-E 309

Schilddrüsenstörung

E 127

Störung des Zucker- und Fettstoffwechsels

E 280-E 283

Taubheitsgefühle siehe China-Restaurant-Syndrom

Übelkeit siehe China-Restaurant-Syndrom

Übergewicht

E 100, E 102, E 104, E 110, E 122, E 123, E 127, E 129, E 131, E 133, E 142, E 151,
E 155, E 173, E 180, E 330, E 521-E 523, E 620-E 633, E 950-E 952, E 954

Unruhe siehe ADHS

Urtikaria siehe Nesselsucht

Vergiftung

E 284, E 285

Verhaltensstörungen siehe ADHS

Verkalkung

E 338-341, E 343, E 442, E 450-E 452, E 541, E 1410-E 1414, E 1442

Zahnschäden

E 330, E 338

Zellschädigend

E 133, E 306-E 309

ALPHABETISCHE LISTE DER ZUSATZSTOFFE

Bezeichnungen der E-Nummern übersichtlich aufgelistet

A

Acesulfam-K E 950
Acetylierte, oxidierte Stärke E 1451
Acetyliertes Distärkeadipat E 1422
Acetyliertes Distärkephosphat E 1414
Adipinsäure E 355
Agar-Agar E 406
Alginsäure E 400
Allurarot AC E 129
Alpha-Tocopherol E 307
Aluminium E 173
Aluminiumammoniumsulfat E 523
Aluminiumkaliumsulfat E 522
Aluminiumnatriumsulfat E 521
Aluminiumsilicat E 559
Aluminiumsulfat E 520
Amaranth E 123
Ammoniak-Zuckerkulör E 150C
Ammonium-Alginat E 403
Ammoniumcarbonat, Ammonium-hydrogencarbonat E 503
Ammoniumchlorid E 510
Ammoniumcitrat E 380
Ammoniumhydroxid E 527
Ammoniumphosphat E 442
Ammoniumsulfat E 517
Ammoniumsulfit-Zuckerkulör E 150 d
Anthocyane E 163
Apfelsäure E 296
Argon E 938
Ascorbylpalmitat E 304
Aspartam E 951
Aspartam-Acesulfam-Salz E 962
Azorubin E 122

B

Basisches Methacrylat-Copolymer E 1205
Beetenrot E 162
Bentonit E 558

Benzoessäure E 210
Benzylalkohol E 1519
Bernsteinsäure E 363
Beta-apo-8'-Carotinal E 160e
Beta-apo-8'-Carotinsäure-ethylester E 160f
Beta-Cyclodextrin E 459
Bienenwachs, weiß und gelb E 901
Bixin, Norbixin E 160 b
Borax E 285
Borsäure E 284
Braun HT E 155
Brillantblau FCF E 133
Brillantsäuregrün BS E 142
Brillantschwarz BN E 151
Butan, Isobutan E 943
Butylhydroxyanisol (BHA) E 320
Butylhydroxytoluol (BHT) E 321

C

Calcium-DL-Malat E 352
Calciumstearoyl-2-Lactylat E 482
Calcium-5'-Ribonucleotid E 634
Calciumacetat E 263
Calcium-Alginat E 404
Calciumaluminiumsilicat E 556
Calciumascorbat E 302
Calciumbenzoat E 213
Calciumcarbonat E 170
Calciumchlorid E 509
Calciumcitrat E 333
Calcium-Dinatrium-Ethylendiamintetraacetat E 385
Calciumferrocyanid E 538
Calciumgluconat E 578
Calciumglutamat E 623
Calciumguanylat E 629
Calciumhydrogensulfit E 227
Calciumhydroxid E 526
Calciuminosinat E 633
Calciumlactat E 327
Calcium-Orthophosphat E 341

Calciumoxid E 529
Calciumpropionat E 282
Calciumsilicat E 552
Calciumsorbit E 203
Calciumsulfat E 516
Calciumsulfid E 226
Calciumtartrat E 354
Candelillawachs E 902
Canthaxanthin E 161 g
Carbamid E 927 b
Carnaubawachs E 903
Carotin E 160 a
Carrageen E 407
Cassia-Gummi E 427
Chinolingelb E 104
Chlorophyll E 140
Cochenillerot A E 124
Curcumin E 100
Curdlan E 424
Cyclamat E 952
Cystein E 920

D

Delta-Tocopherol E 309
Dikaliumguanylat E 628
Dikaliuminosinat E 632
Dimethyldicarbonat E 242
Dimethylpolysiloxan E 900
Dinatrium-5'-Ribonukleotid E 635
Dinatriumguanylat E 627
Dinatriuminosinat E 631
Diphosphat E 450
Distärkephosphat POC E 1412
Distickstoffmonoxid E 942
Dodecylgallat E 318

E

Eisen-II-Gluconat E 579
Eisen-II-Lactat E 585
Eisenoxide und -hydroxide E 172

Erythrit E 968
Erythrosin E 127
Essigsäure E 260
Ethylcellulose E 462
Ethyl-p-Hydroxybenzoat E 214

F

Fumarsäure E 297

G

Gamma-Tocopherol, synthetisch E 308
Gelborange S E 110
Gellan E 418
Gluconodelta-Lacton E 575
Gluconsäure E 574
Glutamat, Glutaminsäure E 620
Glycerin E 422
Glycerindiacetat E 1517
Glycerinester aus Wurzelharz E 445
Glycerintriacetat E 1518
Glycin, Natriumsalze des Glycins E 640
Gold E 175
Guanylsäure E 626
Guarkernmehl E 412
Gummi Arabicum E 414

H

Helium E 939
Hexamethylenetetramin E 239
4-Hexylresorcin E 586
Hydriertes Poly-1-Decen E 907
Hydroxypropyl-Cellulose E 463
Hydroxypropyl-Distärkephosphat E 1442
Hydroxypropylmethyl-Cellulose E 464
Hydroxypropylstärke E 1440

I

Indigotin E 132
Inosinsäure E 630
Invertase E 1103
Isoascorbinsäure E 321
Isomalt E 953

J

Johannisbrotkernmehl E 410

K

Kaliumacetat E 261

Kaliumadipat E 357

Kalium-Alginat E 402

Kaliumaluminiumsilicat E 555

Kaliumbenzoat E 212

Kaliumcarbonat, Kaliumhydrogencarbonat E 501

Kaliumchlorid E 508

Kaliumcitrat E 332

Kaliumferrocyanid E 536

Kaliumgluconat E 577

Kaliumhydrogensulfit E 228

Kaliumhydroxid E 525

Kaliumlactat E 326

Kaliummalat E 351

Kaliummetabisulfit E 224

Kaliumnatriumtartrat E 337

Kaliumnitrat E 252

Kaliumnitrit E 249

Kalium-Orthophosphat E 340

Kaliumpropionat E 283

Kaliumsorbat E 202

Kaliumsulfat E 515

Kaliumtartrat E 336

Karayagummi E 416

Karmin E 120

Kohlendioxid E 290

Konjakgummi E 425

Kupferchlorophyll E 141

L

Lactit E 966

L-Ascorbinsäure E 300

Lecithin E 322

Litholrubin BK E 180

Lutein E 161 b

Lycopin E 160 d

Lysozym E 1105

M

Magnesiumcarbonat E 504
Magnesiumchlorid E 511
Magnesiumglutamat E 625
Magnesiumhydrogenphosphat E 343
Magnesiumhydroxid E 528
Magnesiumoxid E 530
Magnesiumsalze von Speisefettsäuren E 470 b
Magnesiumsilicat, synthetisch E 553 a
Maltit E 965
Mannit E 421
Metaweinsäure E 353
Methyl-Cellulose E 461
Methylethyl-Cellulose E 465
Methyl-p-Hydroxybenzoat E 218
Mikrokristalline Cellulose E 460
Mikrokristallines Wachs E 905
Milchsäure E 270
Mono- und Diglyceride der Speisefettsäuren E 471
Mono- und Diglyceride der Speisefettsäuren, verestert mit Essig- und Weinsäure E 472f
Mono- und Diglyceride der Speisefettsäuren, verestert mit Essigsäure E 472 a
Mono- und Diglyceride der Speisefettsäuren, verestert mit Milchsäure E 472 b
Mono- & Diglyceride der Speisefettsäuren, verestert mit Mono- & Diacetylweinsäuren E 472 E
Mono- und Diglyceride der Speisefettsäuren, verestert mit Weinsäure E 472 d
Mono- und Diglyceride der Speisefettsäuren, verestert mit Zitronensäure E 472 C
Monoammoniumglutamat E 624
Monokaliumglutamat E 622
Mononatriumglutamat E 621
Monostärkephosphat E 1410
Montansäureester E 912

N

Natamycin E 235
Natrium-, Kalium- oder Calciumsalze der Speisefettsäuren E 470 a
Natriumadipat E 356
Natrium-Alginat E 401
Natriumaluminiumphosphat E 541
Natriumaluminiumsilicat E 554
Natriumascorbat E 301

Natriumbenzoat E 211
Natriumcarbonat E 500
Natrium-Carboxymethyl-Cellulose E 466
Natrium-Carboxymethyl-Cellulose (cross-linked) E 468
Natrium-Carboxymethyl-Cellulose (enzymatisch hydrolisiert) E 469
Natriumcitrat E 331
Natriumdiacetat E 262
Natriumethyl-p-Hydroxybenzoat E 215
Natriumferrocyanid E 535
Natriumgluconat E 576
Natriumhydrogensulfit E 222
Natriumhydroxid E 524
Natriumisoascorbat E 322
Natriumlactat E 325
Natriummalat E 350
Natriummetabisulfit E 223
Natriummethyl-p-Hydroxybenzoat E 219
Natriumnitrat E 251
Natriumnitrit E 250
Natrium-Orthophosphat E 339
Natriumpropionat E 281
Natriumstearoyl-2-Lactylat E 481
Natriumsulfat E 514
Natriumsulfit E 221
Natriumtartrat E 335
Neohesperidin DC E 959
Neotam E 961
Nisin E 234



Octylgallat E 311
Oxidierter Stärke E 1404

P

Paprikaextrakt E 160 C
Patentblau V E 131
Pektin E 440
Pflanzenkohle E 153
Phosphatiertes Distärkephosphat E 1413
Phosphorsäure E 338
Polydextrose E 1200

Polyethylenglycol E 1521
Polyethylenwachsoxide E 914
Polyglycerinester von Speisefettsäuren E 475
Polyglycerinpolyricinoleat E 476
Polyoxyethylen(20)-Sorbitanmonolaurat E 432
Polyoxyethylen(20)-Sorbitanmonooleat E 433
Polyoxyethylen(20)-Sorbitanmonopalmitat E 434
Polyoxyethylen(20)-Sorbitanmonostearat E 435
Polyoxyethylen (20)-Sorbitantristearat E 436
Polyoxyethylen(40)stearat E 431
Polyphosphat E 452
Polyvinylalkohol (PVA) E 1203
Polyvinylpyrrolidon E 1202
Polyvinylpyrrolidon E 1201
Propan E 944
Propandiol E 1520
Propionsäure E 280
Propylenglycolester von Speisefettsäuren E 477
Propylenglykol-Alginat E 405
Propylgallat E 310
Pullulan E 1204

Q

Quillaja-Extrakt E 999

R

Riboflavin E 101
Rosmarinextrakt E 392

S

Saccharin, Calciumsaccharin, Kaliumsaccharin, Natriumsaccharin E 954
Saccharose-Acetat-Isobutyrat E 444
Saccharoseester von Speisefettsäuren E 473
Saccharoseglyceride E 474
Salzsäure E 507
Sauerstoff E 948
Schellack E 904
Schwefelsäure E 513
Schweflige Säure E 220
Silber E 174
Siliciumdioxid E 551
Sojabohnen-Polyose E 426

Sorbinsäure E 200
Sorbit E 420
Sorbitanmonolaurat E 493
Sorbitanmonooleat E 494
Sorbitanmonopalmitat E 495
Sorbitanmonostearat E 491
Sorbitantristearat E 492
Speisefettsäuren E 570
Stärkeacetat E 1420
Stärkealuminiumoctenylsuccinat E 1452
Stärke-Natrium-Octenylsuccinat E 1450
Stearyltartrat E 483
Stickstoff E 941
Sucralose E 955
Sulfit-Zuckerkulör E 150 b

T

Talkum, Magnesiumsilicat E 553 b
Tarakernmehl E 417
Tartrazin E 102
Tertiär-Butylhydrochinon (TBHQ) E 319
Thaumatococcus E 957
Thermooxydiertes Sojaöl mit Mono- und Diglyceriden E 479 b
Titandioxid E 171
Tocopherol E 306
Tragant E 413
Triethylcitrat E 1505
Triphosphat E 451

V

Verarbeitete Eucheuma-Algen E 407a

W

Wasserstoff E 949
Weinsäure E 334

X

Xanthan E 415
Xylit E 967

Z

Zinkacetat E 650
Zinnchlorid E 512
Zitronensäure E 330
Zuckerkulör E 150 a

GESÜNDER LEBEN. MEHR VITALITÄT. MEHR LEBENSFREUDE.
ANDREAS AGELIDAKIS ACADEMY



STUDIO84 GÜTERSLOH



AAACADEMY_OFFIZIELL



STUDIO84.FITNESS



ANDREASACADEMY

JETZT ABONNIEREN!

