

# Calciumcarbonat



Calciumcarbonat ist das Salz der Kohlensäure und besteht aus den Elementen Calcium, Kohlenstoff und Sauerstoff. Calcium selbst ist wichtig für die Erregbarkeit von Nerven- und Muskelzellen. In der Lebensmittelindustrie wird Calciumcarbonat als Farbstoff (weiß), Säureregulator oder Trennmittel eingesetzt.

## Calciumcarbonat

### Woher kommt das Calciumcarbonat?

Calciumcarbonat ist das Salz der Kohlensäure und besteht aus den Elementen Calcium, Kohlenstoff und Sauerstoff. Calciumcarbonat ist auf der Erde sehr weit verbreitet. Man findet es in dem Mineral Calcit, aber auch in unseren Knochen und Zähnen. In der Tierwelt kommt das Salz in großen Mengen in den Schalen von Schnecken, Muscheln, Krebsen und Korallen vor. Calciumcarbonat ist nicht wasserlöslich und sehr hitzebeständig.

### Wie wendet man Calciumcarbonat an?

**In der Medizin:** Bei einer Unterfunktion der Nebenschilddrüse oder bei Osteoporose wird Calciumcarbonat verordnet, um den Calciummangel zu beheben.

Calcium selbst ist wichtig für die Erregbarkeit von Nerven- und Muskelzellen.

Bei Sodbrennen kann Calciumcarbonat die Magensäure neutralisieren. Die von der Deutschen Gesellschaft für Ernährung empfohlene Höchstdosis von 1200 mg Calciumcarbonat sollte jedoch nicht überschritten werden. Bei Überdosierung kann es zu Verstopfungen oder auch zur Bildung von Nierensteinen kommen.

**In der Lebensmittelindustrie:** Hier wird Calciumcarbonat als Farbstoff (weiß), Säureregulator oder Trennmittel eingesetzt.

Calciumcarbonat ist in folgenden GEFRO-Produkten enthalten: