

---

Subject: Biotin auch einfach so?

Posted by [Jadaa](#) on Mon, 13 Feb 2006 22:47:06 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo ihr,

ich habe nur eine Frage: meine Mutter hat mir mal eben so aus der Apotheke Biotin mitgebracht. Wäre es sinnvoll Biotin einfach so zu nehmen, oder sollte dazu erst einmal ein Mangel festgestellt werden? Wieviel sollte ich davon nehmen?

Danke

---