
Subject: Probleme mit Eisenpräparaten

Posted by [Carolina](#) on Sat, 29 Apr 2006 20:34:07 GMT

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

Ich bekomme meinen Eisenmangel nie in den Griff, weil ich einfach keine Eisenpräparate vertrage. Habe schon fast alles durch,... Tabletten, Kapseln, Tropfen. Obwohl die Tropfen noch am verträglichsten waren.

Jetzt habe ich mir im Reformhaus Kräuterblut gekauft und siehe da, keine Übelkeit, keine Bauchschmerzen.... Aber reicht es auch aus, um damit Eisenspeicher zu füllen? Auf der Packung steht nur, zur Vorbeugung von Eisenmangel.

Vielleicht kann man das auch in Kombination mit den Tropfen einnehmen, nur eben die Tropfen einmal täglich und der Rest durch das Kräuterblut ersetzen? Irgendwie muss das Eisen ja rein...
