

---

Subject: Eisen - Strike & co

Posted by [cathy](#) on Fri, 05 May 2006 08:09:16 GMT

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

---

Hallo Strike!

Habe untenweiter gelesen, dass es länger dauert, bis Eisen aufgenommen wird, wenn man es zum Essen einnimmt.

Ich habe ein halbes Jahr auflösbares Eisen als Saft getrunken.

Hier steht im Beipacktext, dass es eine halbe Stunde vorm Essen getrunken werden muss. Hat gut funktioniert.

Aber, nachdem sich davon meine Zähne sehr verfärbt haben, bin ich nun auf Tabletten zum Schlucken umgestiegen.

Hier steht im Beipacktext, "zum Essen einnehmen".

Was ist denn nun richtig?

Ich nehme auch die Tabletten eher vor dem Essen.

Danke. Lg. C.

---