
Subject: Vitamin C und Haarausfall

Posted by [b.linda](#) on Thu, 26 Oct 2006 07:55:57 GMT

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

Hallo!

Hochdosiertes Vitamin C (und E) soll ja auch HA begünstigen, richtig?
Hebt man damit dann nicht die positive Wirkung des Eisens wieder auf, wenn man zu Eisen Vitamin C nimmt (was man ja soll, um die Eisenaufnahme zu begünstigen)?

(Entschuldigung dass ich so naiv frage, aber mich verwirren diese ganzen NEMs endlos. Ich lese jetzt dauernd was dazu und fühle mich genauso schlau wie zuvor. Damit kann man ja noch mehr verkehrt machen, als wenn man sie weglässt, oder?!)

Linda
