

---

Subject: Eine laienhafte Überlegung, warum die Vitamine A,C,E in hoher Dosierung gefährlich sein können.

Posted by [coolman](#) on Wed, 01 Feb 2006 17:12:32 GMT

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

---

@tino ACHTUNG –bitte berichtigend ; ) eingreifen!

Die Antioxis Vit. A,C,E setzten bekanntermaßen an der Superoxid-Dismutase an.

Heißt, es wird vermehrt Wasserstoffperoxid gebildet.

Wenn nun nicht auch die Glutathion-Peroxidase gestützt wird, die ja Wasserstoffperoxid abbaut, dann wird es zu oxidativem Stress kommen, der offenbar die möglichen Nebenwirkungen bzw. Erkrankungen bei hoher A oder C oder E Vitamingabe auslöst.

VG

---