

---

Subject: Biotin, Zink etc.

Posted by [itsmi](#) on Wed, 28 May 2008 15:22:55 GMT

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

---

Hi zusammen,

mich würde interessieren was diese "Zusatzmittel" die viele Leute unterstützend nehmen genau bringen.

Ich habe schon von Biotin gehört, dass es wirksam sein soll. Welches Mittel muss ich da genau bestellen, und wo ? Und in welcher Menge nimmt man das ein ? Schadet es dem Körper ?

Ebenfalls würde ich gerne zink-Tabletten einnehmen. auch hier würden mich die selben fragen interessieren!

vielen dank

MfG

//p.s. es soll ja auch fein zum sprühen geben. was genau hat es damit auf sich ?

---