

---

Subject: Was ist bei MSM-Einnahme zu beachten?  
Posted by [baldwin](#) on Mon, 11 Aug 2008 21:54:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

Ich hatte kürzlich eine HT und will nun vorübergehend MSM einnehmen.  
Daher habe ich die Suchfunktion benutzt und ein paar Beiträge von ParkerLewis gefunden, in denen er meint, dass MSM dem Körper Kupfer entzieht.  
Gibt es eine optimale Ergänzung zu MSM, entweder in Form von Nahrung oder NEMs?  
Was ist der optimale Einnahmerhythmus, wenn ich MSM nur hin und wieder nehmen möchte?

Viele Grüße

---