

---

Subject: Was ist IE. = Internationale Einheit?

Posted by [Figaro03](#) on Mon, 20 Mar 2006 11:23:56 GMT

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

---

Ich checke es irgendwie nicht so richtig. Was ist IE?

Also sagen wir mal 200IE Vitamin E. Was heißt das in mg ausgedrückt?

"Für die Bewertung der biologischen Aktivität werden Vitamin-E-Dosierungen daher oft in I.E., das sind Internationale Einheiten, ausgedrückt. Eine I.E. natürliches Vitamin E entspricht dabei wirkungsmäßig einer I.E. synthetisches Vitamin E."

Zitat:1 mcg = 40 IE; 1 IE = 0025 mcg j Die Deutsche Gesellschaft für Kinderheilkunde empfiehlt unabhängig von der Vitamin D-Produktion durch UV-Licht in der ...