

---

Subject: Arginin

Posted by [sonic123](#) on Sat, 17 Oct 2009 12:00:56 GMT

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

---

Hallo zusammen,

Läßt die Wirksamkeit von Arginin irgendwann nach, wenn man es sehr lange einnimmt? Gibt es so etwas wie einen Gewöhnungseffekt, so dass der Körper nicht mehr so gut darauf reagiert? Bei Koffein gibt es ja zum Beispiel sowas.

Ist Arginin eigentlich zur langfristigen Einnahme geeignet oder sollte man es nach einer gewissen Zeit wieder absetzen, d.h. gibt es irgendwelche Nebenwirkungen bei Langzeiteinnahme?

danke

---