

---

Subject: Langsam an Proteindrinks gewöhnen?

Posted by [Balle](#) on Sat, 20 Feb 2010 11:26:03 GMT

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

---

Ich nehme jetzt doch seit einigen Wochen Proteinpulver zu mir, da ich gerade am definieren bin und habe festgestellt, das es doch ganz schön was bringt, vor Allem mein Bizeps ist wesentlich voluminöser und ausgeprägter als vorher, einziger Nachteil dabei, ich bekomme unangenehme Verdauungsstörungen von dem Zeug, habe zwar zum Glück gerade Semesterferien und sehe meine neue Freundin nicht jeden Tag , daher muss meine Umwelt momentan nicht darunter leiden , aber..., meine Frage daher, gewöhnt sich der Körper irgendwann an die zusätzliche Proteinzufuhr(nehme es momentan nur jeden zweiten Tag) oder muss ich damit rechnen, das die Unverträglichkeit bleibt?

---