
Subject: L-Arginin steigert Gehirnleistung?

Posted by [Figaro03](#) on Sat, 08 Apr 2006 09:06:09 GMT

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

Ich momentan ja auf der Suche nach Mittelchen um besser denken zu können

Und da habe ich eben meinem Hausarzt einen Besuch abgestattet. Ich sagte, ich wolle hauptsächlich etwas gegen Konzentrationsschwächen- was ja auch völlig so stimmt.

Ich habe ihn auf mehrere Mittel angesprochen -mitunter Gikgo, Lecithin, Ginseng, Hydergine...
Kurz: Das einzigste Mittel, das er gemäß Studien wirklich überzeugend fand, war L-Arginin...
Er meinte nach 3 Monaten Einnahme würde sich ein Verbesserung bei den kognitiven Leistugen ergeben. Das hätten Studien klar ergeben.

Wisst ihr da was drüber? ich konnte bisher wirklich nichts dazu finden...
