

---

Subject: Nochmal Zink

Posted by [Amsch](#) on Sun, 28 Aug 2011 19:38:03 GMT

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

---

Hätte da eine Frage bzgl. Zink (nicht nur auf haare bezogen).

Kriegt man tatsächlich die beste wirkung, wenn man Chelat benutzt?

Ich kann mich nämlich erinnern damals blind dieses Zink (Citrato) gekauft zu haben:

[http://www.handelskantoor.de/catalog/product\\_info.php?products\\_id=1961](http://www.handelskantoor.de/catalog/product_info.php?products_id=1961)

Dieses lag paar Wochen bei mir rum, und irgendwann dachte ich mir nimm eben täglich eine pille.

Und was war? Es zeigte wirkung: Ich fühlte mich frischer, aktiver, und auch libido stieg an. Da ich zu der Zeit regelmäßig Blutwerte nachmessen ließ kam auch die Bestätigung:

Testosteron Wert klar höher als Vor zink.

Irgendwann ging das Zink aus und erst ca. ein Jahr später bestellte ich mir eine andere Form von Zink. Beachte, damals hatte ich keinerlei positive Wirkung von Zink erwartet. Und dennoch half es.

Ich bestellte damals 30mg Zinkchelato (30 mg weil ein erfahrener User behauptete es macht keinen Unterschied ob man zB 20 oder 50 nimmt), konnte allerdings nicht die selbe Wirkung feststellen.

Deshalb frag ich nochmals: Warum soll Zinkchelato das beste sein (oder ev. gluconato) und warum behaupten viele es mache keinen Unterschied ob 20 oder 50 wenn die meisten User genau das Gegenteil behaupten (bessere Wirkung bei zB 50mg)

---