
Subject: Niacin gut oder schlecht?

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Mon, 19 Nov 2012 15:39:37 GMT

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

Eine Studie sagt das hohe Dosen Niacin positive Auswirkungen auf den Haarwuchs hatten.
Durch Niacin wird PGD2 von Mastzellen freigesetzt. Erdnüsse enthalten relativ viel Niacin.
Kommt von dem die allergischen Reaktionen?
Fleisch enthält auch viel Niacin.
