

---

Subject: liste antioxidantien

Posted by [tino](#) on Thu, 01 Jun 2006 19:07:55 GMT

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

---

irgedjemand wollte es wissen

NAC 1800-2000 mg tgl. NAC200 von ct(8 eur 50 Stück)

Vit C 2000 mg tgl Eine Dose koster 1 eur 80 in der Apotheke.

Kupfer 1 mg tgl (Kupferorotat 1 mg Kapseln(c.a 15 eur)

Vit E 400 ug tgl Vit E Ratiopharm 400 1 mal tgl(c.a 8 Eur)

Zink 30-40 mg tgl Zinkorot 25/50 Stück c.a 10 Eur

Folsäure 10 mg tgl.Folsäure Ratiopharm 5 (c.a 15 Eur.(Billiger Reformhaus)

Ferritin(falls niedrig),2 mal Ferro Sanol tgl.(c.a 9 Eur)

Selen loges 300 30 Stück ein paar Eur

Wenn möglich 2 mg Melatonin abends.(I Net Bestellung Vitaminusa/c.a 30 Eur)

Ein Multimineral und ein Multivitaminpräpperat tgl.(Multibionta Multimineral forte (c.a 15 Eur)

Alpha-Lipolic Säure 500-600 mg tgl(siehe bei Tristan)

Eine hochkonzentrierte Aminoampulle tgl. Aminoblast Weider Megaforte(c.a 40 Eur)

Acetyl-LCarnitin von Chemacon GMBH(über Apo),..ist allerdings sehr teuer obwohl das billigste Präpperat.

-----