

---

Subject: Sinnvolle NEM´s

Posted by [Mario V.](#) on Tue, 11 Apr 2017 18:07:23 GMT

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

---

hallo leute,

es geht hier nicht speziell um haare, sondern um allgemeine gesundheit!

Wollte in erfahrung bringen welches NEM´s ihr den für sinnvoll haltet und euch mercklich geholfen haben. ich persönlich habe einige krampfadern an den beinen und seitdem ich OPC konsumiere sind die schmerzen speziell an heißen tagen mercklich weniger!

habe in zukunft vor noch hochdosiert Vitamin E und C, sowie Schwarzkümmelsamen zu konsumieren.

würde gerne wissen, welches ihr als "must have" bezeichnen würdet. möchte nicht alles mögliche nehmen und nichts außer placebo spüren

mfg

Mario M.

---