
Subject: Vitamin B12 - Supplementieren

Posted by [daniel91](#) on Sun, 12 Dec 2021 12:38:20 GMT

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

Ich nehme meds(CPA), die wohl einen Vitamin B12 mangel hervorrufen können, deswegen will ich entsprechend supplementieren.

Pilos hatte letzts schon mal ausgeführt, dass bei vielen Supps kaum noch das drinnen ist, was drauf steht.

Kann man sowas kaufen:

https://www.amazon.de/-/en/bio-active-adenosylcobalamine-hydroxylamine-Quatrefolic%C2%AE-Laboratory/dp/B07H2NTH19/ref=sr_1_4?keywords=vitamin+b12&qid=1639312626&s=drugstore&sr=1-4

Oder wird man da auch wieder über den Tisch gezogen?

LG
