

---

Subject: An die Grüntee-trinker: Eisen ?

Posted by [Raiders-Fan](#) on Fri, 08 Dec 2006 17:19:03 GMT

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

---

Ich nehme jezt täglich noch 1 eisen+c tablete.

Habt ihr schonmal euren Eisenspiegel messsen lassen und nehmt ihr zusätzlich Eisen ? Der user "glockenspiel" schrieb er lässt immer 2 Stunden pause zwischen essen und tee. das scheint mir vernünftig, doch kann ich nicht einhalten da ich ca. 1,5 liter über den tag verteilt trinke.