

---

Subject: antioxidantien: kummuliert sich die wirkung?

Posted by [kaya](#) on Thu, 05 Jan 2006 13:14:37 GMT

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

---

Ich stelle mir zur zeit die selbe frage, die auch fred schonmal irgendwann beschaeftigt hat, ich weiss nicht ob das jemand beantworten kann oder wie es herauszufinden waere...

inwiefern ergaenzen sich verschiedene antioxidantien (und welche) oder inwiefern wirken sie gleich und schlagen quasi in die selbe kerbe? denn dann wirken mehrere einzelpraeparate in mittlerer dosierung eventuell pro-oxidativ, wie bei starker ueberdosierung nur eines praeparates.. abr es soll laut tino ja ein gesamtes anti-oxidatives netzwerk geben, wobei an jeder schraube gedreht werden soll...

aber die wirkung ist doch immer die selbe?? freie radikale fangen

also konkret frage ich mich, ob zum bsp jemand, der nac, vit. ace, gruener tee, opc, msm usw zusammen supplementiert nicht eventuell zu viel macht, da opc und nac alleine ja schon sehr starke anti-oxidantien sind...also: gefahr einer pro-oxidativen wirkung?

---