

---

Subject: "Die Menge macht das Gift" - Interview zu Vitaminpräparaten

Posted by [glockenspiel](#) on Mon, 19 Mar 2007 12:40:38 GMT

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

---

<http://derstandard.at/?id=2807913>

Auszug

"derStandard.at: Die Radikalfänger Vitamin A und E sind nun auch in Verruf geraten. Eine kürzlich präsentierte Metastudie spricht sogar von deutlicher Verkürzung der Lebenserwartung durch eine Übersosierung. Müssen wir nach dem Zeitalter der "Vitamin-Mineralstoffpillen" jetzt zunehmend mit möglichen Nebenwirkungen bei Überdosierungen rechnen?

Mörixbauer: Wie in anderen Lebensbereichen gilt auch hier: Die Menge macht das Gift. Daher gibt es auch bei Vitaminen sowohl ein Zuwenig wie ein Zuviel. Wer sich an die Empfehlungen für eine abwechslungsreiche Mischkost hält braucht keine Zusatzpräparate und kann daher auch nicht überdosieren."

---