
Subject: Multivitaminpräparat und insbesondere Beta Carotin?!

Posted by [kaaos_k](#) on Thu, 10 May 2007 19:17:41 GMT

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

Sagt mal, nimmt wer von euch ein Multivitaminpräparat in dem KEIN jod drin ist? habe eine sd-uf, und jod will ich definitiv nicht nehmen!

nimmt irgendwer von euch beta-cartotin ein? habe das gefühl, dass ein mangel auf mich zutreffen könnte (Nachtblindheit, Trockene Bindehaut am Auge, Trockene Haut mit Verhornungen, Haarausfall, Lichtempfindlichkeit). Aber es nu nehmen ohne zu wissen ob ein mangel vorliegt, weiß ich natürlich nicht. und da überdosierung auch HA machen kann... wie wird denn vitamin a bestimmt? einfach bei ner normalen bluatabnahme (wenn ich danach frage *seufz*)
