

---

Subject: An die NAC-Schlucker

Posted by [lala](#) on Mon, 29 Oct 2007 20:37:48 GMT

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

---

Wer nimmt NAC in welcher Dosierung?

Bringt es was? Wie ist da die Einschätzung?

Ist es sinnvoll zusätzlich zu Einnahme eines Antioxidant-Präparats noch hochdosiert NAC dazuzunehmen.. oder zu viel des Guten?

(nehme momentan die Natural Antioxidant Formula von "Vitality" mit folgenden Inhaltsstoffen:

Jede Kapsel enthält:

- 100 mg NAC (N-Acetyl-L-Cystein)
- 100 mg Vitamin C (als Magnesiumascorbat und Ascorbylpalmitat)
- 100 mg Grüner Tee Extrakt (50% Polyphenole, 25% Catechins, 10% ECGC)
- 50 mg OPC Weintraubenkernextrakt (95% Polyphenole)
- 30 mg Alpha Liponsäure
- 25 mg Heidelbeerextrakt (24% Anthocyane)
- 20 mg Mariendisteleextrakt
- 20 mg Vitamin E
- 18 mg Niacin
- 6 mg Karotinoide (aus Algen, 100% natürliche Mischung aus Beta-Carotin, Alpha-Carotin, Lycopin, Lutein und Zeaxanthin, hergestellt aus der Meeresalge Dunaliella Salina. Auch für Raucher geeignet)
- 50 mcg Selen
- 6 mg Pantothersäure
- 5 mg Zink
- 2 mg Vitamin B6
- 1,6 mg Vitamin B2
- 1,4 mg Vitamin B1
- 1 mg Lycopin
- 300 mcg Folsäure
- 150 mcg Biotin
- 3 mcg Vitamin B12)

danke