
Subject: Eine laienhafte Überlegung, warum die Vitamine A,C,E in hoher Dosierung gefährlich sein können.

Posted by [coolman](#) on Wed, 01 Feb 2006 17:12:32 GMT

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

@tino ACHTUNG –bitte berichtend ;) eingreifen!

Die Antioxis Vit. A,C,E setzten bekanntermaßen an der Superoxid-Dismutase an.

Heißt, es wird vermehrt Wasserstoffperoxid gebildet.

Wenn nun nicht auch die Glutathion-Peroxidase gestützt wird, die ja Wasserstoffperoxid abbaut, dann wird es zu oxidativem Stress kommen, der offenbar die möglichen Nebenwirkungen bzw. Erkrankungen bei hoher A oder C oder E Vitamingabe auslöst.

VG

Subject: Re: Eine laienhafte Überlegung, warum die Vitamine A,C,E in hoher Dosierung gefährlich sein können.

Posted by [tino](#) on Wed, 01 Feb 2006 17:48:08 GMT

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

"Die Antioxis Vit. A,C,E setzten bekanntermaßen an der Superoxid-Dismutase an.

Heißt, es wird vermehrt Wasserstoffperoxid gebildet.

Wenn nun nicht auch die Glutathion-Peroxidase gestützt wird, die ja Wasserstoffperoxid abbaut, dann wird es zu oxidativem Stress kommen, der offenbar die möglichen Nebenwirkungen bzw. Erkrankungen bei hoher A oder C oder E Vitamingabe auslöst."

fast richtig,.....wenn nicht das gesamte antioxidative Netzwerk stabilisiert wird(auh die Glutathion-Peroxidase),verdrängt ein Radikalfänger den anderen,und es wird villeicht sogar ein Radikal das dann nicht ausreichend eliminiert wird gebildet.
