
Subject: an die experten: Möglichkeit meine NEMs günstiger zu beziehen?!

Posted by [modek](#) on Fri, 18 Nov 2005 17:02:54 GMT

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

hallo leute,

also ich nehme seit ca 100 tagen eine ganze Menge an NEMs;
die Liste setzt sich wie folgt zusammen:

- 4 mal NAC 200 von ct
- 2 Grüntee kapseln
- 1 Biotin Impuls (ich glaube 5 mg)
- 1 Magnesium (von CT, keine ahnung wie dosiert)
- 1 Vitamin E (von Klosterfrau)
- 1 Eisen (Hersteller und Dosierung kann ich grad nicht sagen)
- 1 Curazink
- 1 Folsäure (5mg?)
- 1 Multivitamin tablette (A- Zink)
- 1 Selen (Dr. Wolz)

ich habe die Sachen bisher immer in der Apotheke gekauft was mich bestimmt immer so 140 euro für alles gekostet hat.

nun meine frage, wie kann ich den preis drücken und trotzdem die gleiche Anzahl von NEMs zu mir nehmen (von mir aus auch noch mehr!)

am liebsten wär mir wenn Tino mal was dazu schreiben könnte, da ich die meisten empfehlungen immer aus seinen beiträgen rausgelesen habe.

super wäre es wenn es ein kombipräparat geben würde, das genauso hoch dosiert ist wie die einzelnen mittel. jeden tag so viele pillen zu schlucken ist schon etwas seltsam.

Falls es noch dinge gibt die ich außerdem noch unbedingt zu mir nehmen sollte, lasst es mich bitte wissen.

vielen dank im vorraus, viele grüsse
christoph.

Subject: Re: an die experten: Möglichkeit meine NEMs günstiger zu beziehen?!

Posted by [pilos](#) on Fri, 18 Nov 2005 17:13:13 GMT

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

<http://www.vanverde.de/assets/s2dmain.html?http://www.vanverde.de/532008961e0884e16/53200896230a2090a/53200896240e98431.html>

Subject: Re: an die experten: Möglichkeit meine NEMs günstiger zu beziehen?!

Posted by [modek](#) on Fri, 18 Nov 2005 17:18:12 GMT

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

vielen dank pilos,

ich werd dann mal nachhause fahren und schauen, ob dieses präperat von der dosierung meiner derzeitigen behandlung entspricht.

macht es sinn, eisen trotzdem noch zusätzlich zu nehmen?

Subject: Re: an die experten: Möglichkeit meine NEMs günstiger zu beziehen?!
Posted by [pilos](#) on Fri, 18 Nov 2005 17:21:16 GMT

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

ein bessers mittel wirst du kaum finden....

ob eisen sinn macht...bei AGA nicht wirklich....

Subject: Re: an die experten: Möglichkeit meine NEMs günstiger zu beziehen?!
Posted by [Gast](#) on Fri, 18 Nov 2005 17:26:24 GMT

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

Dieses ist zumindest genauso gut:

http://www.vitabay.net/catalog/product_info.php/products_id/1476

ich weiß nur nicht, ob ich es selbst bestellen soll.

Subject: Re: an die experten: Möglichkeit meine NEMs günstiger zu beziehen?!
Posted by [Quick](#) on Tue, 22 Nov 2005 21:59:28 GMT

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

pilos schrieb am Fre, 18 November 2005 18:13

<http://www.vanverde.de/assets/s2dmain.html?http://www.vanverde.de/532008961e0884e16/53200896230a2090a/53200896240e98431.html>

ich wollte euch nur daran erinnern das es einige negative rückmeldungen zu "vanverde" gab, ich glaube die haben mal nicht geliefert oder sich ziemlich lange zeit gelassen.

Quick

Subject: Re: an die experten: Möglichkeit meine NEMs günstiger zu beziehen?!

Posted by [modek](#) on Wed, 23 Nov 2005 14:43:56 GMT

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

hallo quick,

mal davon ausgehend, das vanverde liefert. ist dieses all in one produkt empfehlenswert, oder sind die inhaltsstoffe von minderwertigerer qualität als wenn ich sie einzeln in der apotheke beziehe?

wäre echt interessant.

ich jedenfalls habe ansonsten vor, wenn alles von meinen bisherigen sachen aufgebraucht ist, mir mal eine lieferung von vanverde kommen zu lassen.

wie machst du das persönlich??

viele grüsse,
mo.

Subject: Re: NEM

Posted by [fiebius](#) on Wed, 23 Nov 2005 17:43:19 GMT

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

Nährstoffe sind keine Smarties und die Chance das du mit "hochdosierten" Präparaten dein Nährstoffhaushalt durcheinander bringst und dir gesundheitlich schadest ist wesentlich grösser als das es dir irgendetwas nützt, geschweige denn dein Haarausfall verhindert. Was Tino angeht, er ist kein!!! Nährstoffexperte sondern jemand der für "Haare" bis an die Grenze der Gesundheitsgefährdung geht, Nachahmung auf eigene Gefahr, was bei langfristige Nachahmung passiert kann sich jeder an zwei Fingern abzählen. Dies soll nicht nur eine Warnung sein sondern ist eine!!!

Das Completia Produkt ist selbst bei einer Tablette in Punkto Vit. B1,B2,B6 hoch dosiert, bei 2 Tabletten finde ich Vitamin A mit 15000I.E. langfristig klar zu viel!!!!

Viele Nährstoffe gibt es in der Drogerie (DM) preiswerter als in der Apotheke, ein gut dosiertes A-Z Produkt gibt es bei Aldi/Lidl, damit hättest du zumindest Mangelerscheinungen ausgeschlossen.

Eine riesige Auswahl zu fairen Preisen gibt es hier
Werden von Deutschland/Niederlande aus verschickt
per Rechnung (keine Kreditkarte notwendig)
<http://www.vitadvice.de/>
Z.B. kosten 100Tab. Zinkglukonat 50MG Firma NOW 5,47Euro
Die Inhaltstoffe der Firma NOW findest du hier
<http://www.nowcatalog.com/index.html>

Subject: Re: NEM
Posted by [Gast](#) on Wed, 23 Nov 2005 17:50:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zumindest von Vitamin B6 nimmt doch der Körper nur soviel auf, wie er benötigt, deshalb ist es wohl schwer überzudosieren, es kann höchstens zur Verschwendung kommen. Eine meiner Cousinen nimmt es, und ihre Apothekerin hat ihr dies hinsichtlich der Dosis gesagt.

Subject: Re: Aua!
Posted by [tino](#) on Wed, 23 Nov 2005 17:52:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ein Hellseher ohne auch nur einen Funken Ahnung von Medizin, Nährstoffen oder seiner eigenen Erkrankung. Aber trotzdem Hellsehen, ..oder kennen wir uns näher?

Immer wieder das selbe, ..keine Ahnung aber grosse Klappe aus Protest, oder weil kein Geld für eine gute Behandlung da ist. Warum sagt ihr nicht einfach frei raus, das es am Geld, oder falschen Wahnvorstellungen liegt, das ihr fast schon zwahghaft eine Gegenmeinung erzeugen müsst, ohne diese auch nur annähernd untermauern zu können?

Liess meine Abhandlung, ..dann verstehst du vllleicht was mit dir los ist.

Ich rate allen anderen dein Müll nicht ernstzunehmen, ..solange du hier keine Fakten, ..belegten Fakten vorweisen kannst, die deine Zeilen untermauern.

Weder raten, noch schätzen gilt, ..wir sind ja hier nicht im Kindergarten.

Subject: Re: Aua!
Posted by [mare](#) on Wed, 23 Nov 2005 19:45:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hey tino wo kann ich deine abhandlung lesen?

Subject: Re: NEM

Posted by [Quick](#) on Wed, 23 Nov 2005 19:45:19 GMT

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

fiebius schrieb am Mit, 23 November 2005 18:43 Nährstoffe sind keine Smarties und die Chance das

du mit "hochdosierten" Präparaten dein Nährstoffhaushalt durcheinander bringst und dir gesundheitlich schadest ist wesentlich grösser als das es dir irgendetwas nützt, geschweige denn dein Haarausfall verhindert. Was Tino angeht, er ist kein!!! Nährstoffexperte sondern jemand der für "Haare" bis an die Grenze der Gesundheitsgefährdung geht, Nachahmung auf eigene Gefahr, was bei langfristige Nachahmung passiert kann sich jeder an zwei Fingern abzählen. Dies soll nicht nur eine Warnung sein sondern ist eine!!!

Das Completia Produkt ist selbst bei einer Tablette in Punkto Vit. B1,B2,B6 hoch dosiert, bei 2 Tabletten finde ich Vitamin A mit 15000I.E. langfristig klar zu viel!!!!

Viele Nährstoffe gibt es in der Drogerie (DM) preiswerter als in der Apotheke, ein gut dosiertes A-Z Produkt gibt es bei Aldi/Lidl, damit hättest du zumindest Mangelerscheinungen ausgeschlossen.

Eine riesige Auswahl zu fairen Preisen gibt es hier Werden von Deutschland/Niederlande aus verschickt per Rechnung (keine Kreditkarte notwendig) <http://www.vitadvice.de/> Z.B. kosten 100Tab. Zinkglukonat 50MG Firma NOW 5,47Euro Die Inhaltstoffe der Firma NOW findest du hier <http://www.nowcatalog.com/index.html>

es gibt keine einzige studie die an gesunden menschen ohne vorerkrankungen etc durchgeführt wurde die belegt das einer dieser vitamine etwas höher dosiert gesundheitsgefährdend ist.

die studien die eine kanzerogene wirkung von beispielsweise vitamin a oder vitamin e belegen wurden alle samt bei starken rauchern und menschen mit diversen vorerkrankungen durchgeführt.

es gibt auch ne studie die besagt hat das b-vitamine höher dosiert zur herzinsuffizienz & herzklappenschäden führen würden etc. nur übersehen die leute das auch diese studie nur bei menschen mit vorbelasteten herzerkrankungen durchgeführt worden ist(hypertonie,arrythmie usw...)

und wer denkt das ihm von dutasterid der kleine mann abfallen würde, oder ihm von spiro 3 tage später brüste wachsen würden den verweise ich nur auf all die studien im alten

allgemein forum.....

und nur mal als beispiel auch wenns kein direkter vergleich ist...die nebenwirkungen von dutasterid sind im gegensatz zu aspirin(acetylsalicylsäure) peanuts...lest euch mal die packungsbeilage durch....wenn ihr mit darmblutungen ins krankenhaus eingeliefert werdet, und eure gesundheit mal wirklich gefährdet ist werdet ihr verstehen was nebenwirkungen sind...

Quick

Subject: Re: Aua!
Posted by [tino](#) on Wed, 23 Nov 2005 19:51:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hier,..ist aber noch nicht komplett.

<http://hometown.aol.de/krystatototo/homepage/verein.html>

Subject: Re: Aua!
Posted by [mare](#) on Wed, 23 Nov 2005 19:55:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hey tino sag mal studierst du oder bist du arzt oder sowas in der art? (die frage ist ernst gemeint)

Subject: Re: NEM
Posted by [tristan](#) on Wed, 23 Nov 2005 20:19:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Leute,

Ich muss sagen ich nehme auch NEM's, aber bin schon der Meinung dass man da Sachen falsch machen kann. Welche Wechselwirkungen zwischen einzelnen Vitaminen besteht etc.

Ich würde persönlich nicht 100mg B-Vitamine nehmen...

Ein gutes Produkt ist meiner Meinung nach dieses:

http://www.podomedi.com/Artikel/17205%20Daily%20Vits%20%20%20Vitamine%20_%20Mineralien%20mit%20Panax%20Ginseng%20EUR.htm I
+ ein paar Sachen einzeln höher dosiert. aber 100mg B-Vitamine?
Ich weiß nicht:

<http://www.acu-cell.com/bx.html>

B-Complex Vitamins: Of the many B-complex (Bx) formulations offered by various

manufacturers,
different effects are generally being experienced by different individuals, depending not only on the
daily amount, but also the specific type of formulation supplemented.

An Equalized B-Complex contains the same amount with most B-vitamins (100mg of Vit B1, 100mg of Vit B2, 100mg of B3, etc..., and 100mcg of biotin, 100mcg of B12, and 400mcg -1mg of folic acid).

So-called B-Stress Formulations are designed to presumably help people handle stress better, however many people end up feeling more stressed out after taking them. Starting in the 80's, when "Stress Tabs" became quite popular, a large percentage of patients I had seen came with medical symptoms exclusively related to excessive B-complex intake (see below). Ironically, whoever came up with the notion that large amounts of B-vitamins reduced stress had it all backwards, nevertheless a lot of self-styled nutritionists perpetuated that myth, and Vitamin Companies quickly jumped on the bandwagon and each produced their own brand-specific "Stress Formulations," consisting mainly of high B-complex vitamins, with many companies also adding Vitamin C and zinc.

Supposedly the best choice is a Balanced B-Complex vitamin formulation where a different mg or mcg amount is used for each B vitamin - sort of putting them in the proper (natural) ratio to one another.
However - what ratios are best for which individual, and how would the manufacturer know?

An individual who is prone for gout might need more pantothenic acid (Vitamin B5) but less lecithin, while anyone with a tendency for iron overload would need less Vitamin B1, but much more Vitamin B2.
Some of those suffering from hypoadrenalism (Addison's disease) would benefit from extra Vitamin B1 and/or choline for their sodium-raising properties, while sodium-sensitive individuals or anyone with a tendency for hyperadrenalism (Cushing's disease) might benefit from extra Vitamin B2 and folic acid, which have a sodium-lowering effect.

Anyone suffering from low blood sugar episodes should avoid larger amounts of Vitamin B6 and C, which can cause blood sugar to drop even more, but they are generally helped with extra niacinamide and/or biotin. There are claims that diabetics may benefit from larger amounts of biotin, but patient feedback and blood sugar measurements have been to the contrary.

Those with a tendency for mild Hyperthyroidism (see also Acu-Cell "Bromine") may benefit from PABA, another member of the B-vitamin complex, but they should be careful taking extra Vitamin B6.

Higher amounts of Vitamin B6 will also increase magnesium retention, although this only takes place following long-term oral supplementation, while regular Vitamin B6 injections will quickly result in a high magnesium / low calcium ratio.

If not matched to a patient's requirements, which happens frequently when Vitamin B6 + B12 injections are given at Weight Loss Clinics, a severe calcium deficiency develops. This by itself - or when aggravated by an overstimulated thyroid from regular Vitamin B6 + B12 shots - can result in insomnia, heart palpitations, chest pains, anxieties, depression, mood swings, joint / muscle pains, and/or other symptoms.

In someone suffering from Hypothyroidism and low sodium, Vitamin B6 supplementation on a long-term basis has the potential to eventually lower thyroid functions even more, although a brief boost will still take place every time Vitamin B6 is injected or taken orally. In addition, Vitamin B6 will only affect T4 (thyroxine) levels, but no conversion to T3 (triiodothyronine) takes place - causing a T3 / T4 thyroid ratio conflict, so rather than trying to boost thyroid functions with Vitamin B6 injections for weight loss purposes, iodine, as well as selenium and tyrosine status should be checked and corrected instead.

Another consideration when supplementing larger doses of Vitamin B6 as pyridoxine is the inhibiting effect on Pyridoxal-5-Phosphate (P5P), which is the natural form of Vitamin B6, so if amounts larger than 50mg are taken per day, or if they are taken on an ongoing basis, the pills should also contain a small percentage as pyridoxal-5-phosphate to avoid the potential of causing neurological damage. However, regardless of the type, excessive intake of both - P5P or pyridoxine - when not needed, may also lead to nerve and/or spinal degeneration, specifically affecting T1 (with right-sided symptoms in the upper back / shoulder area) and at L2, along with general osteo-arthritic changes in various joints. As a result, Vitamin B6 therapy should only be used for someone with an otherwise difficult-to-manage low magnesium / high calcium ratio. (see also Acu-Cell "Calcium & Magnesium" and "Mineral Ratios").

Individuals following a vegetarian lifestyle - and particularly vegetarian children in Western societies -

should supplement extra Vitamin B12, since B12 is not available from non-animal sources (see also Acu-Cell "Vegetarianism"), while those with insufficient stomach acid and intrinsic factor may have to supplement 1000mcg+ of Vitamin B12 on a daily basis, or get regular Vitamin B12 shots to prevent pernicious anemia. This also requires the addition of folic acid, which interacts with Vitamin B12.

On the other hand, some individuals who suffer from mitral valve prolapse (MVP), a disposition for panic-anxiety disorder, or right-sided coronary artery spasms would have to avoid Vitamin B12 shots altogether, but may benefit from extra Vitamin B15 (calcium pangamate or pangamic acid), DMG, or inositol instead. (For detailed information on the close interactions of Vitamin B12 with Vitamin B15, and Vitamin C with Vitamin E, see Acu-Cell "Cobalt & Nickel").

If someone were to start out with a (theoretically) perfect mineral profile, and then take an equalized high B-complex formulation (all B vitamins are the same mg, except for biotin, Vitamin B12, and folic acid), that individual will slowly reshape his or her intracellular chemistry to look something like this:
Graph1 - B-vitamin complex effect on mineral balance

Of course, someone's chemical profile is unlikely to be straight across before starting on B-complex vitamins, so the end results will be different from one individual to the next. However, the inhibiting or lowering effect of an equalized B-Vitamin complex on iron and manganese levels (as seen in the graph above) will in people predisposed to iron-deficiency anemia and/or reactive hypoglycemia cause a pronounced worsening of their symptoms (feeling tired). Even in otherwise "healthy" individuals, taking mega-doses of B-vitamins can eventually lead to either "nervous energy"-like symptoms (like a hyper-active child), or just plain fatigue. Perhaps this "tiring" effect was at some point erroneously interpreted as having the potential to reduce stress, hence the subsequent Stress Tab designation.

Since one major effect of taking high B-complex vitamins for a lengthy time period is an increase in zinc and potassium uptake, this could become quite detrimental for someone who is prone for ovarian cysts, painful menstruation, prostatitis, chronic bladder infections, or inflammatory gallbladder disease, however it might benefit someone with mild cirrhosis of the liver, some types of hepatitis, or any other

number of high iron / manganese-storage types of medical conditions.
High B-complex vitamins would be totally contraindicated with ovarian or testicular cancer, which go hand in hand with very high cellular zinc and/or potassium levels, whereas a low potassium-related bladder problem (weak bladder muscles) or enlarged, but benign prostate condition might benefit from extra B-vitamins.

B-complex raises total cholesterol and triglyceride levels, which may be an unwelcome effect for some individuals, but advantageous for those whose levels are on the low side. While B-complex vitamins may help with high estrogenic-types of PMS, larger amounts will worsen low estrogenic-types of PMS or even lead to suicidal tendencies in some women. A higher intake of B-vitamins can trigger heart palpitations with congestive heart disease or above-normal thyroid or adrenal functions, and it may aggravate insomnia, anxiety or stress disorders. Some individuals experience "burning" muscles or a general increase in muscle tension as a result of excessive B-complex supplementation.

On average, individuals with low cardiac output, or whose zinc and potassium levels are naturally on the low side (and thus exhibit a sluggish metabolism), are best suited to supplement higher amounts of B-vitamins, as their system would actually benefit from the stress-inducing and metabolism-stimulating effect of B-complex, provided none of the above contraindications apply.

If other supplements such as calcium, magnesium, iron, or Vitamin A, C, E...etc. are added, the entire mineral profile will of course change again and re-shape some of the B-vitamins' artificially created highs and lows. Unless someone is certain that they exhibit a chemical profile which would benefit from a higher B-complex intake, I would personally stay on the safe side and not exceed a 10 -15mg range.

Some B-vitamins, particularly folic acid, Vitamin B6, B12, choline, and PABA reduce blood levels of Homocysteine, which is an amino acid that contributes to cardiovascular disease by damaging the endothelium, which is a thin layer of cells that protect the artery walls. Less than 1mg of folic acid / day is sufficient to help protect against excessive levels of homocysteine, and it is also helpful against neural tube defects and some other birth defects in newborns, for which up to 5mg / day may be supplemented in high risk cases, however supplementation should ideally be

started 2-3 months before conception takes place.

Some individuals - on their own, or following the suggestions of uninformed practitioners - supplement

very high doses (10mg+) of folic acid, falling victim to the notion that more is better, and assuming that

there is no harm in ingesting such high amounts. Ironically - unless these individuals suffer from excess

sodium retention, large amounts of folic acid can not only damage their kidneys, but create a significant

increase in LDL cholesterol, which is particularly prevalent in low sodium / low aldosterone types.

Studies showed that in individuals who presented with high homocysteine levels, folic acid brought

down the homocysteine levels, however there was no improvement with Coronary Heart Disease, so low sodium or low aldosterone types who believe in mega-supplementing folic acid encourage the

very type of medical situation they were trying to prevent: Cardiovascular disease! ☹

Subject: Re: NEM

Posted by [tino](#) on Wed, 23 Nov 2005 20:50:32 GMT

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

Hallo

"Studies showed that in individuals who presented with high homocysteine levels, folic acid brought

down the homocysteine levels, however there was no improvement with Coronary Heart Disease,"

Wie auch? Der gleiche Fehler wie bei AGA,...man hat sich nur auf einen Trigger konzentriert.

Subject: Re: NEM

Posted by [fiebius](#) on Thu, 24 Nov 2005 08:57:29 GMT

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

Sorry Sancho, aber das irgendwas keine Nebenwirkung hat weil es bei Überfluss aus dem Körper ausgeschieden wird ist

kompletter Unsinn. Deine Aussage zu B6 ist schlichtweg falsch

und Apotheker sind nicht immer auch Fachleute die sich

in Dinge 20 Jahre eingelesen haben und vernünftig abwägen.

Gehe mal davon aus das alles was zu stark vom "normalen Wert" abweicht bzw. dosiert wird langfristig Nebenwirkungen hat.

Um Effekte auf Krankheiten zu erzielen sind kurzfristig

hohe Dosierung vielleicht angebracht, aber langfristig immer auch die Gefahr der Nebenwirkungen.
Dies ist ein Gesetz der Natur. Vieles ist doch noch garnicht erforscht und wird auch nie erforscht werden, dafür ist der menschl. Organismus einfach zu komplex.
Und wer glaubt durch Medizin den gesundheitlichen Zerfall der Zivilisation aufhalten zu können irrt. Es kommen von Generation zu Generation neue Krankheiten dazu und das Problem der Medizin sind 1. Nebenwirkungen und 2. Symptombekämpfung und keine Ursachenbekämpfung! Ich persönlich gehe davon aus das sich die menschl. Zivilisation so über die nächsten Jahrhunderte selbst ausrotten wird.

Subject: Re: Aua!
Posted by [fiebius](#) on Thu, 24 Nov 2005 09:53:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du dies sollte keine Kritik an deiner Person oder deinen Beiträgen hier im Forum sein.
Ich habe sehr viel Respekt vor soviel Arrangement und schätze viele deiner Beiträge, wer "forscht" muss ja auch in extreme Bereiche vorstossen.
Aber nicht jeder weiss alles und liegt immer richtig, die Meinungsvielfalt macht ein Forum erst richtig interessant. Wir sind ja nicht in der DDR-Volkskammer, mit Genosse Tino an der Spitze.
Und ich behaupte eben wer bei AGA-Bekämpfung oder von mir aus auch im Bodybuilding in Sachen Wirkstoffzufuhr langfristig in die Extreme geht gefährdet vielleicht auch schonmal seine Gesundheit.

Subject: Re: NEM
Posted by [Gast](#) on Thu, 24 Nov 2005 10:06:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[quote title=fiebius schrieb am Don, 24 November 2005 09:57]

1. Und wer glaubt durch Medizin den gesundheitlichen Zerfall der Zivilisation aufhalten zu können irrt.

2. Ich persönlich gehe davon aus das sich die menschl. Zivilisation so über die nächsten Jahrhunderte selbst ausrotten wird.

[/quote

1.

Ich habe -dies nebenbei- nichts dergleichen behauptet und nicht im entferntesten auch nur von Zivilisationszerfall gesprochen.

2.

Leute, die vorher schon wissen, wie alles ausgeht, langweilen mich meistens. Außerdem sind solche Ansichten meistens dazu da, sich selbst aus der Verantwortung zu ziehen. Es ist vollkommen egal, ob sich die Menschheit in ein paar Jahrhunderten selbst ausgerottet haben wird; worauf es ankommt ist, wie man sich in diesem Augenblick verhält. Alles andere ist nur Gerede.

Subject: Re: NEM

Posted by [tino](#) on Thu, 24 Nov 2005 10:26:16 GMT

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

fiebius schrieb am Don, 24 November 2005 09:57 Sorry Sancho, aber das irgendetwas keine Nebenwirkung hat weil

es bei Überfluss aus dem Körper ausgeschieden wird ist kompletter Unsinn. Deine Aussage zu B6 ist schlichtweg falsch und Apotheker sind nicht immer auch Fachleute die sich in Dinge 20 Jahre eingelesen haben und vernünftig abwägen. Gehe mal davon aus das alles was zu stark vom "normalen Wert" abweicht bzw. dosiert wird langfristig Nebenwirkungen hat.

Um Effekte auf Krankheiten zu erzielen sind kurzfristig hohe Dosierung vielleicht angebracht, aber langfristig immer auch die Gefahr der Nebenwirkungen.

Dies ist ein Gesetz der Natur. Vieles ist doch noch garnicht erforscht und wird auch nie erforscht werden, dafür ist der menschl. Organismus einfach zu komplex.

Und wer glaubt durch Medizin den gesundheitlichen Zerfall der Zivilisation aufhalten zu können irrt. Es kommen von Generation zu Generation neue Krankheiten dazu und das Problem der Medizin sind 1. Nebenwirkungen und 2. Symptombekämpfung und keine Ursachenbekämpfung! Ich persönlich gehe davon aus das sich die menschl. Zivilisation so über die nächsten Jahrhunderte selbst ausrotten wird.

Hallo

Du schreibst:Dies ist ein Gesetz der Natur

Dieses Gesetz gilt aber nicht für mich...

Du schreibst:Apotheker sind nicht immer auch Fachleute die sich in Dinge 20 Jahre eingelesen haben und vernünftig abwägen

Das ist richtig.

Du schreibst: Vieles ist doch noch garnicht erforscht und wird auch nie erforscht werden

Im Prinzip ist fast alles erforscht. Inwiefern es verstanden, zugeordnet, und für relevant erklärt werden kann, hängt von dem, der es verarbeiten möchte ab. Also kann man das nicht so sagen, „bzw hättest du gesagt das vieles noch nicht akzeptiert ist, dann hätte ich dir zugestimmt. Es ist aber ganz sicher nicht so das es nicht akzeptiert ist, weil das geniale medizinische System sich sicher ist, das es nicht relevant ist. Es ist eher so, das hier einfach nur Deppen am Werk sind.

Du schreibst: Und wer glaubt durch Medizin den gesundheitlichen Zerfall der Zivilisation aufhalten zu können irrt.

Natürlich kann man das. Warum ist auch nachvollziehbar. Jeder degenerative Faktor der zivilisationsabhängigen Umwelteinflüsse, hat die gleichen Endfaktoren zu folge. Alles läuft über die Körperchemie, ..und die kann korrigiert werden.

Du schreibst: Es kommen von Generation zu Generation neue Krankheiten dazu und das Problem der Medizin sind 1. Nebenwirkungen und 2. Symptombekämpfung und keine Ursachenbekämpfung!

Ja, ..aber auch die neuen Krankheiten sind Resultate der bekannten körperchemischen Defizite im Rahmen des hier besprochenen Disasters. Wer die vorgeschalteten Faktoren kennt und klug ist, der kent auch die Endfaktoren. Mich bitte nicht mit der Lehrbuchmedizin auf eine Stufe stellen! Ich möchte es ja ursächlich angehen.

Subject: Re: Aua!
Posted by [tino](#) on Thu, 24 Nov 2005 11:10:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

fiebius schrieb am Don, 24 November 2005 10:53 Du dies sollte keine Kritik an deiner Person oder deinen Beiträgen hier im Forum sein.

Ich habe sehr viel Respekt vor soviel Arrangement und schätze viele deiner Beiträge, wer "forscht" muss ja auch in extreme Bereiche vorstossen.

Aber nicht jeder weiss alles und liegt immer richtig, die Meinungsvielfalt macht ein Forum erst richtig interessant. Wir sind ja nicht in der DDR-Volkskammer, mit Genosse Tino an der Spitze.

Und ich behaupte eben wer bei AGA-Bekämpfung oder von mir aus auch im Bodybuilding in Sachen Wirkstoffzufuhr

langfristig in die Extreme geht gefährdet vielleicht auch schonmal seine Gesundheit.

Hallo nochmal

"Wir sind ja nicht in der DDR-Volkskammer,
mit Genosse Tino an der Spitze. Aber nicht jeder weiss alles und liegt immer richtig,
"

Richtig,..nur mache nicht ich die Fakten, sondern die Wissenschaft. Wohlgermerkt die Wissenschaft,..und nicht die Schulbuchmedizin! Ab einem gewissen Grad der niedergeschriebenen Evidenz, können Fakten nicht mehr verleugnet werden. Dann liegt die Wissenschaft richtig,..und wer das Gegenteil behauptet, der muss das Gegenteil beweisen können. Wer behauptet das ich falsch liege, der muss es also beweisen können.

"die Meinungsvielfalt macht ein Forum erst richtig
interessant."

Richtig,..aber Meinungen müssen fundiert sein,..und nicht auf rein spekulativen Annahmen ohne fundierten Background beruhen. Das wären dann wirklich DDR Zustände,..babylonische DDR Zustände, wenn jeder Einwand aus reiner Sturheit, Geltungssucht, oder einfach aus dem Druck heraus, eine Gegenmeinung erzeugen zu müssen, Gewicht haben sollte.

"Und ich behaupte eben wer bei AGA-Bekämpfung oder von mir
aus auch im Bodybuilding in Sachen Wirkstoffzufuhr
langfristig in die Extreme geht gefährdet vielleicht auch schonmal seine Gesundheit."

Bz langfristig in die Extreme,..warte doch mal bis ich den Rest meiner Abhandlung aufschreibe. Ich kann mich nämlich nicht erinnern das ich,..oder jemand anders hier jemals eine derartige Vorgehensweise aufgeschrieben hat. Desweiteren muss man hier zwischen Gesund und nicht gesund differenzieren. Was nicht gesund ist, habe ich aufgeschrieben. Wer es versteht, dem dürfte klar sein, das eine Korrektur der ungesunden Faktoren mit dauerhafter Medikation verbunden ist. Eine Korrektur ungesunder Risikofaktoren kann nicht gesundheitsgefährdet sein. Wäre es so, dann wäre das Resultat der Risikofaktoren ja keine degenerativen Erkrankungen, weil die korrekturbedürftigen Risikofaktoren ja etwas gesundes darstellen würden.

Subject: Re: an die experten: Möglichkeit meine NEMs günstiger zu beziehen?!

Posted by [Bernd85](#) on Tue, 13 Dec 2005 23:34:39 GMT

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

Hallo,

Ich hab mich entschieden das von Pilos oben empfohlene NEM zu nehmen. Zusätzlich werde ich noch NAC nehmen.

<http://www.vanverde.de/assets/s2dmain.html?http://www.vanverde.de/532008961e0884e16/53200896230a2090a/53200896240e98431.html>

Welche Aminos könnt ihr mir empfehlen?

Sollte ich noch ein NEM ergänzen?

Gruß Bernd
