
Subject: Tabletten im Mixer zerkleinern?

Posted by [Erdy](#) on Wed, 08 Dec 2010 23:00:45 GMT

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

Hallo,

da ich große Probleme mit dem Schlucken von Tabletten (Nahrungsergänzungsmittel) habe, wollte ich fragen, ob es möglich ist, die Tabletten einfach in einem Mixer kleinzuhacken und daraus ein Pulver zu machen und dann einfach eine abgewogene Menge mit Wasser zu mir zu nehmen? Oder gibt es vielleicht Stoffe, die, wenn sie mit der Luft oder mit Wasser in Berührung kommen, an Wirkung verlieren?

Beispielsweise löse ich zur Zeit immer eine Tablette NAC in Wasser auf (so gut es eben geht) und trinke es dann, auch wenn es furchtbar schmeckt. Leider gibt es nicht alle Vitamine / Antioxidantien in Pulverform.

Subject: Aw: Tabletten im Mixer zerkleinern?

Posted by [pilos](#) on Thu, 09 Dec 2010 06:39:53 GMT

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

Erdy schrieb am Thu, 09 December 2010 01:00Hallo,

da ich große Probleme mit dem Schlucken von Tabletten (Nahrungsergänzungsmittel) habe, wollte ich fragen, ob es möglich ist, die Tabletten einfach in einem Mixer kleinzuhacken und daraus ein Pulver zu machen und dann einfach eine abgewogene Menge mit Wasser zu mir zu nehmen? Oder gibt es vielleicht Stoffe, die, wenn sie mit der Luft oder mit Wasser in Berührung kommen, an Wirkung verlieren?

das geht schon ...es wird aber furchtbar schmecken.

in welchem mixer typ willst du die tabs zerkleinern?

du kannst es mal in o-saft lösen..das mildert das ganze etwas ab.

Subject: Aw: Tabletten im Mixer zerkleinern?

Posted by [Erdy](#) on Thu, 09 Dec 2010 18:08:10 GMT

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

pilos schrieb am Thu, 09 December 2010 07:39

das geht schon ...es wird aber furchtbar schmecken.

in welchem mixer typ willst du die tabs zerkleinern?

du kannst es mal in o-saft lösen..das mildert das ganze etwas ab.

Ein ganz normaler Küchenmixer, in dem man zum Beispiel Shakes zubereiten kann. Brauch ich da einen speziellen?

Das mit dem Organgensaft werde ich mal versuchen.

In welchem Zeitraum sollte ich dann die zerkleinerten Tabs (Pulver) verbrauchen?

Subject: Aw: Tabletten im Mixer zerkleinern?
Posted by [pilos](#) on Thu, 09 Dec 2010 18:18:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Erdy schrieb am Thu, 09 December 2010 20:08

Ein ganz normaler Küchenmixer, in dem man zum Beispiel Shakes zubereiten kann. Brauch ich da einen speziellen?

der ist aber ziemlich groß

besser wäre eine kaffeemühle mit schlagmesser...

http://shop.afterbuy.de/Elektrische-Kaffeemuehle-90W-Kaffee-Muehle-5481/a10776553_u656/

Zitat:]Das mit dem Organgensaft werde ich mal versuchen.
In welchem Zeitraum sollte ich dann die zerkleinerten Tabs (Pulver) verbrauchen?

solange sie trocken sind...2-3 wochen

