
Subject: Welche Vitamin Tabletten soll ich nehmen (Soll ich die Tabletten alle aufeinmal nehmen)

Posted by [Abece](#) on Fri, 07 Dec 2012 21:08:53 GMT

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

Ich habe

<http://www.rossmannversand.de/produkt/65456/abtei-kieselerde-plus-magnesium-calcium-biotin.aspx?pos=1&componentid=1>

<http://www.rossmannversand.de/produkt/257863/altapharma-eisen-plus-vitamine.aspx?pos=2&componentid=1>

<http://www.rossmannversand.de/produkt/257843/altapharma-a-z-multivitamin-und-mineral-depot-tabletten.aspx?pos=1&componentid=1>

Und finasterid

Soll ich die Tabletten alle aufeinmal nehmen

Subject: Aw: Welche Vitamin Tabletten soll ich nehmen (Soll ich die Tabletten alle aufeinmal nehmen)

Posted by [Abece](#) on Mon, 10 Dec 2012 16:46:18 GMT

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

weiss vielleicht irgendjemand ob es schädlich ist zuviele vitamintabletten zu nehmen? und warum? würde mich über eine antwort sehr freuen und danke schonmal.

Subject: Was passiert wenn man drei vitamintabletten auf einmal schluckt ? (tödlich?)

Posted by [Abece](#) on Mon, 10 Dec 2012 16:49:17 GMT

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

Subject: Aw: Welche Vitamin Tabletten soll ich nehmen (Soll ich die Tabletten alle aufeinmal nehmen)

Posted by [pilos](#) on Mon, 10 Dec 2012 17:44:17 GMT

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

es passiert gar nix..kannst sie nehmen wie du willst

am besten während einer mahlzeit

und wenn alle verbraucht sind auch keine mehr kaufen

finasterid nimmst dann separat mit einer anderen mahlzeit

Subject: Aw: Welche Vitamin Tabletten soll ich nehmen (Soll ich die Tabletten alle aufeinmal nehmen)

Posted by [Shane](#) on Tue, 11 Dec 2012 23:03:23 GMT

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

Zitat:finasterid nimmst dann separat mit einer anderen mahlzeit

@pilos

Ich zB. nehme Finasterid, l-Arginin, Biotin und eine Vitaminkapsel oft auch direkt hintereinander....ist dies also nicht ratsam?

Soll nach der Fin-Einnahme eine gewisse Zeit vergehen, bevor ich die anderen Sachen nehme?

Subject: Aw: Welche Vitamin Tabletten soll ich nehmen (Soll ich die Tabletten alle aufeinmal nehmen)

Posted by [mike.](#) on Tue, 11 Dec 2012 23:43:27 GMT

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

seit meinen NEMs war ich kein einziges mal krank, auch nicht verschluckt... war sonst immer so anfällig im Herbst\Winrer und jeden Dez. krank.

ich will es niemanden einreden, aber irgendwas ist dran... zumindest für allg. Gesundheit. Nutzen für Haare sei mal dahingestellt.

Subject: Aw: Welche Vitamin Tabletten soll ich nehmen (Soll ich die Tabletten alle aufeinmal nehmen)

Posted by [herbalist](#) on Wed, 12 Dec 2012 09:56:40 GMT

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

Das Gesamtpaket muss stimmen. Alles hat irgendwie Einfluss, auch wenns nur ein paar Prozent sind.

Mit der allg. Gesundheit kann ich nur voll und ganz zustimmen. Ich war das letzte mal am 20.01.2011 für ne Woche Krankgemeldet (Hab im Geschäft in meinem Outlook Kalender nachgeschaut). Das ist jetzt fast 2 Jahre her. Danach hab ich mit NEMs wieder angefangen. Seit

dem nicht mal ne Erkältung gehabt.

Subject: Aw: Welche Vitamin Tabletten soll ich nehmen (Soll ich die Tabletten alle aufeinmal nehmen)

Posted by [stefan_h](#) on Wed, 12 Dec 2012 11:17:21 GMT

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

Auf jeden Fall alle auf einmal nehmen...

...und ab damit in den Mülleimer. Diese ganzen künstlichen Vitamine sind so umstritten, abgesehen mal von geringe Dosen von Vitamin D im Winter. Aber unbedingt nötig ist es auch nicht.

Ernähre dich abwechslungsreich und gut ist. Die Vitamine sind zwar nicht teuer, aber bei Langzeitanwendung kommt schon was zusammen.

Subject: Aw: Welche Vitamin Tabletten soll ich nehmen (Soll ich die Tabletten alle aufeinmal nehmen)

Posted by [herbalist](#) on Wed, 12 Dec 2012 11:20:27 GMT

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

Über den Tag verteilt ist am besten
