
Subject: NEM's

Posted by [creep](#) on Wed, 07 Dec 2005 21:56:34 GMT

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

was sind NEM's genau? was bringen sie? wieviel kosten sie? bringen sie auch sonst was ausser für haarausfall?

Subject: Re: NEM's

Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Wed, 07 Dec 2005 21:59:57 GMT

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

Hallo creep,

NEM = Nahrungsergänzungsmittel. Du ergänzt die Stoffe, welche dein Körper benötigt, welche du aber nicht im ausreichenden Maß durch die Nahrung aufnimmst.

Das kann sein: Vitamine, Mineralien, Spurenelemente, Aminosäuren, etc.

Ja, NEMs sind auch gut für den Körper.

Wenn du nachlesen magst, steig bei der DGE (= Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V.) ein und lies dich danach durch das Forum. Du wirst alle Informationen finden, die du haben willst.

Grüße vom
FrankfurtER
