

---

Subject: Nac Tabletten das selbe wie ACC Brausetabletten?

Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 25 Oct 2021 08:43:50 GMT

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

---

Hallo,

Ich würde gerne wissen, ob die acc Brausetabletten (Hustenlöser mit 600mg nac) das selbe sind von der Wirkweise, wie NAC Tabletten, die man so bei Amazon etc kaufen kann? Außer dass die Tabletten meistens 1000mg Wirkstoff haben.

---

---

Subject: Aw: Nac Tabletten das selbe wie ACC Brausetabletten?

Posted by [newbie123](#) on Mon, 25 Oct 2021 10:18:11 GMT

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

---

Fliesengott schrieb am Mon, 25 October 2021 10:43Hallo,

Ich würde gerne wissen, ob die acc Brausetabletten (Hustenlöser mit 600mg nac) das selbe sind von der Wirkweise, wie NAC Tabletten, die man so bei Amazon etc kaufen kann? Außer dass die Tabletten meistens 1000mg Wirkstoff haben.

Ja, der Grund warum NAC oft als Brausetabletten angeboten wird, ist dass es etwas besser verträglich für den Magen sein soll. Sonst aber keine Unterschiede.

---

---

Subject: Aw: Nac Tabletten das selbe wie ACC Brausetabletten?

Posted by [pilos](#) on Mon, 25 Oct 2021 10:28:28 GMT

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

---

gibt auch als pulver

---

---

Subject: Aw: Nac Tabletten das selbe wie ACC Brausetabletten?

Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 25 Oct 2021 10:46:30 GMT

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

---

Ok,also keine Unterschiede.

Ja als pulver hab ich es irgendwann weggeschmissen, weil es übel riecht. Als tablette geht es noch.

---

---

Subject: Aw: Nac Tabletten das selbe wie ACC Brausetabletten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 25 Oct 2021 12:24:18 GMT

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

---

Ich würde lieber Mariendistel nehmen.

---

Das erhöht auch Glutathion, aber darüber hinaus auch noch andere Antioxidantien. Es wirkt auch anti-fibrotisch, gegen Krebs und stärkt die Leber.

---

Subject: Aw: Nac Tabletten das selbe wie ACC Brausetabletten?

Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 25 Oct 2021 16:19:20 GMT

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

---

Gibts da glaubwürdige Studien zu?

---

Subject: Aw: Nac Tabletten das selbe wie ACC Brausetabletten?

Posted by [valesk](#) on Mon, 25 Oct 2021 16:31:21 GMT

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

---

NAC löst bei mir einen Würgereiz aus :d. ACC ist viel angenehmer im Geschmack

---

Subject: Aw: Nac Tabletten das selbe wie ACC Brausetabletten?

Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 25 Oct 2021 17:10:21 GMT

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

---

Als tablette gehts gerade so

---

Subject: Aw: Nac Tabletten das selbe wie ACC Brausetabletten?

Posted by [REMOLAN](#) on Tue, 26 Oct 2021 00:12:30 GMT

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

---

Wenn es dir um Glutathionerhöhung geht, würde ich Nac eher niedrig dosieren und mit Glycin und Glutaminsäure sowie Magnesium und Vitamin C kombinieren (Die 3 Schlüsselfaktoren für die körpereigene Biosynthese von einem Pseudo-Tripeptid= Glutathion).

Beispiel: Abends 500mg Nac+ 500mg Glutamin+ 500mg Glycin+ 100mg Vitamin C+ 50-100mg Magnesium (elementar umgerechnet) aus Magnesiumcitrat, -Threonat, Glycinat, etc (am besten Komplex aus mindestens 3 Magnesiumformen).

Wenn es vor allem um die schleimauflösende Wirkung vom Nac geht und das Glutathionthema sekundär ist, dann könnte es dir mit 400-600mg x2 verteilt pro Tag gute Dienste leisten.

Eventuell mit Vitamin C und B-Komplex kombinieren, das hat eine gute Synergiewirkung (auf Dosierung und Formen achten: 5-MTHF Folat (B9)und Methyl/Adenosylcobalamin (B-12)).

Mir persönlich sagt diese Herangehensweise jedenfalls zu und ich habe damit persönlich gute Erfahrungen gemacht.

LG

---