
Subject: gutes probiotik produkt?

Posted by [pippo24](#) on Sun, 12 Nov 2006 14:59:38 GMT

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

Bin auf der such nach einem guten und günstiem Probiotik sowie mono-magnesium produkt.
kann mir da einer weiterhelfen?

Subject: Re: gutes probiotik produkt?

Posted by [kkoo](#) on Sun, 12 Nov 2006 18:43:52 GMT

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

pippo24 schrieb am Son, 12 November 2006 15:59Bin auf der such nach einem guten und günstiem Probiotik sowie mono-magnesium produkt.
kann mir da einer weiterhelfen?

joghourt + sauerkraut, auch sauerkrautsaft + brottrunk

Subject: Re: gutes probiotik produkt?

Posted by [tvtotalfan](#) on Sun, 12 Nov 2006 18:55:31 GMT

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

Probiotik ? War das nicht schonmal ein langer Thread ?

Ich glaube da kam bei raus dass Kefir um einiges besser sein soll als dieses hochgelobte moderne Probiotik-Zeugs dem ich nicht über den Weg traue, auch wenn Ökotest es teils mit sehr gut bewertet...

Subject: Re: gutes probiotik produkt?

Posted by [Ralf3](#) on Sun, 12 Nov 2006 21:35:19 GMT

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

Ich kauf mir meistens die Aldi Probiotik-Drinks..Pre+Pro, L-Carnitin ist auch noch drin.

Subject: Re: gutes probiotik produkt?

Posted by [Headbanger](#) on Mon, 13 Nov 2006 02:50:57 GMT

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

tvtotalfan schrieb am Son, 12 November 2006 19:55Probiotik ? War das nicht schonmal ein langer Thread ?

Ich glaube da kam bei raus dass Kefir um einiges besser sein soll als dieses hochgelobte

moderne Probiotik-Zeugs dem ich nicht über den Weg traue, auch wenn Ökotest es teils mit sehr gut bewertet...

Als Kaukasier kann ich dir nur recht geben! Wie beim Müller Kefir exakt geschrieben , es ist das Getränk der Hundertjährigen!

Aber paar Zehen Knoblauch müssen da unbedingt auch rein !

Subject: Re: gutes probiotik produkt?
Posted by [pippo24](#) on Mon, 13 Nov 2006 10:06:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich hab auch nicht actimel oder einen von diesen anderen absolut unwirksamen drinks gemeint!
Die sind reinster betrug!
Ich meinte ne kapsel mit Bakterienkulturen.

Subject: Re: gutes probiotik produkt?
Posted by [Billy-Joe](#) on Wed, 15 Nov 2006 22:35:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich halte von all den Joghurts nichts. Schmecken ganz gut, aber es geht nichts über hochkonzentrierte medizinische Präparate...z.B. Symbio Flor (mach die komplette Kur, die dauert etwa 6 Monate) oder wenns schnell gehen muss Mutaflor. Gerade ersteres wirkt bei mir fantastisch.

Subject: Re: gutes probiotik produkt?
Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 15 Nov 2006 22:41:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Billy-Joe schrieb am Mit, 15 November 2006 23:35Also ich halte von all den Joghurts nichts. Schmecken ganz gut, aber es geht nichts über hochkonzentrierte medizinische Präparate...z.B. Symbio Flor (mach die komplette Kur, die dauert etwa 6 Monate) oder wenns schnell gehen muss Mutaflor. Gerade ersteres wirkt bei mir fantastisch.

und inwiefern wirkt es bei dir ?

Subject: Re: gutes probiotik produkt?
Posted by [Billy-Joe](#) on Wed, 15 Nov 2006 23:20:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Auf ganz unterschiedliche Art und Weise. Zum Beispiel wurde ich während meiner Kuren und auch Monate danach nicht krank. Komme was wolle. Zum ersten Mal hatte ich es genommen, nachdem ich nach 1,5 jährigem Antibiotika-Konsum (HA sei Dank) meine Darmflora stark geschwächt hatte und über Monate hinweg dauernd krank war. Wirkt also Immunsystem-stärkend.

Dann wurde mein Stuhlgang regelmäßiger und von der Konsistenz her besser. Ebenso hatte ich keine Verdauungsprobleme mehr, keine Blähungen und keine Magenkrämpfe.

Auch die Nahrungsmittelaufspaltung hat sich -per Stuhluntersuchungen bewiesen- verbessert. Kaum mehr Nahrungsrückstände. Der Darm-pH-Wert hat sich auch wieder dem optimalen Bereich angenähert. Die Bakterienkolonisation ist wieder optimal.

Zu all den messbaren Verbesserungen kommen noch etliche subjektive Einschätzungen hinzu, bspw. eine höhere Energie und Antriebskraft, bessere Stimmungslage etc.

Ich mach alle paar Jahre eine komplette Symbio Flor Kur und bin wirklich überzeugt davon.

Subject: Re: gutes probiotik produkt?

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 15 Nov 2006 23:22:57 GMT

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

Billy-Joe schrieb am Don, 16 November 2006 00:20Auf ganz unterschiedliche Art und Weise. Zum Beispiel wurde ich während meiner Kuren und auch Monate danach nicht krank. Komme was wolle. Zum ersten Mal hatte ich es genommen, nachdem ich nach 1,5 jährigem Antibiotika-Konsum (HA sei Dank) meine Darmflora stark geschwächt hatte und über Monate hinweg dauernd krank war. Wirkt also Immunsystem-stärkend.

Dann wurde mein Stuhlgang regelmäßiger und von der Konsistenz her besser. Ebenso hatte ich keine Verdauungsprobleme mehr, keine Blähungen und keine Magenkrämpfe.

Auch die Nahrungsmittelaufspaltung hat sich -per Stuhluntersuchungen bewiesen- verbessert. Kaum mehr Nahrungsrückstände. Der Darm-pH-Wert hat sich auch wieder dem optimalen Bereich angenähert. Die Bakterienkolonisation ist wieder optimal.

Zu all den messbaren Verbesserungen kommen noch etliche subjektive Einschätzungen hinzu, bspw. eine höhere Energie und Antriebskraft, bessere Stimmungslage etc.

Ich mach alle paar Jahre eine komplette Symbio Flor Kur und bin wirklich überzeugt davon.

Vielen Dank für die ausführliche Antwort

Subject: Re: gutes probiotik produkt?

Posted by [Billy-Joe](#) on Wed, 15 Nov 2006 23:32:56 GMT

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

Übrigens handelt es sich auch beim Darm um ein sehr sensibles Organ, die in ihm ansässigen Bakterien sollten ebenso in einem ganz spezifischen Gleichgewicht sein, wie z.B. die Hormone im Blut. Bevor ihr euch also irgendein Produkt mit einer hochkonzentrierten Anzahl bestimmter Bakterien reinzieht, solltet ihr eine Stuhluntersuchung machen lassen, um zu sehen, woran es wirklich mangelt und welches der vielen Präparate das für euch richtige ist.

Subject: Re: gutes probiotik produkt?

Posted by [tristan](#) on Mon, 18 Dec 2006 19:36:51 GMT

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

pippo24 schrieb am Mon, 13 November 2006 11:06Also ich hab auch nicht actimel oder einen von diesen anderen absolut unwirksamen drinks gemeint!

Die sind reinster betrug!

Ich meinte ne kapsel mit Bakterienkulturen.

theralac nehme ich einmal pro woche und im sommer 2 mal wöchentlich eine kapsel, weil ich da weniger heuschnupfen von bekomme, das hat anscheinend ne positive auswirkung aufs immunsystem. www.theralac.com

ähnlich wie bei mutaflor kannste da sicher sein dass es ankommt wo es hingehört..

Subject: Re: gutes probiotik produkt?

Posted by [pippo24](#) on Mon, 18 Dec 2006 23:48:02 GMT

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

ja an so was hab ich gedacht.

Dieses theralac kann man dass auch in Deutschland beziehen oder nur aus den usa.Weil zoll macht bei Vitaminen und NEMs ziemliche probleme wenn die aus usa kommen...

Subject: Re: gutes probiotik produkt?

Posted by [tristan](#) on Tue, 19 Dec 2006 00:24:19 GMT

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

pippo24 schrieb am Die, 19 Dezember 2006 00:48ja an so was hab ich gedacht.

Dieses theralac kann man dass auch in Deutschland beziehen oder nur aus den usa.Weil zoll macht bei Vitaminen und NEMs ziemliche probleme wenn die aus usa kommen...

hatte bisher keine probleme, man sollte nur nicht hormonähnliche sachen oder nootropika bestellen. bestimmte kräuter gehen auch nicht, aber hiermit oder standard vitaminen/antioxidantien kein problem. bestelle bei relentlessimprovement.com

lg

Subject: macht Stuhluntersuchung Sinn?

Posted by [Figaro03](#) on Tue, 19 Dec 2006 11:37:26 GMT

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

tristan, macht es Sinn so ne Stuhluntersuchung machen zu lassen, bevor man das Theralac nimmt?

Ich stelle es mir nicht prickelnd vor, um so was beim Arzt zu bitten...

Subject: Re: macht Stuhluntersuchung Sinn?

Posted by [Figaro03](#) on Tue, 19 Dec 2006 11:39:24 GMT

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

ich würde lieber das theralac schlucken und gut iss...

Subject: Re: gutes probiotik produkt?

Posted by [pippo24](#) on Tue, 19 Dec 2006 11:54:18 GMT

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

Zitat:bestimmte kräuter gehen auch nicht, aber hiermit oder standard vitaminen/antioxidantien kein problem. bestelle bei relentlessimprovement.com

hmmm...Seltsam also ich wollte auch mal aus USA beziehen nur Vit und OXi. die haben aber gesagt sie liefern nicht nach Ger weil der Zoll das nicht reinlässt.Es gibt schon firmen die liefern aber nur auf eigene gefahr.

Deswegen hab ich direkt beim Zoll angerufen und die haben mir gesagt Vitamine etc. aus USA fischen sieh sofort raus!!

Solche schweine!!Bestimmt weil das Zeug nur nen Bruchteil von dem kostet was es hier kostet!
