

---

Subject: Bedenken wegen zu wenigen freien Radikalen...

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 04 Mar 2007 21:26:47 GMT

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

---

Hallo!

Woran kann man erkennen, dass man genau die richtige Menge Antioxidantien zu sich nimmt?

Was passiert, wenn man zu viele Antioxidantien konsumiert?

Wenn der Körper zu wenig freie Radikale hat, wird er auch krank, oder?

Woher soll man das denn wissen??? Ich bin doch keine Jeannie

---

---

Subject: Re: Bedenken wegen zu wenigen freien Radikalen...

Posted by [Figaro03](#) on Sun, 04 Mar 2007 22:19:51 GMT

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

---

naja, in deinem Fall kann ich mir das kaum vorstellen.

vielleicht ist es möglich, dass man über irgendwelche hochdosierten Präparate und Extrakte zu viele Antioxidantien aufnehmen könnte... weiß ich nicht...

in deinem Fall glaube ich aber vielmehr, dass dein Magen und Darm das meiste ausschleust...

hast du denn keinen Durchfall von den vielen Pflaumen und Kakao? WAs zuviel ist, nimmt der mit Sicherheit gar nicht mehr auf...

---

---

Subject: Re: Bedenken wegen zu wenigen freien Radikalen...

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 04 Mar 2007 22:49:11 GMT

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

---

Figaro03 schrieb am Son, 04 März 2007 23:19naja, in deinem Fall kann ich mir das kaum vorstellen.

vielleicht ist es möglich, dass man über irgendwelche hochdosierten Präparate und Extrakte zu viele Antioxidantien aufnehmen könnte... weiß ich nicht...

in deinem Fall glaube ich aber vielmehr, dass dein Magen und Darm das meiste ausschleust...

hast du denn keinen Durchfall von den vielen Pflaumen und Kakao? WAs zuviel ist, nimmt der mit Sicherheit gar nicht mehr auf...

Durchfall nicht mehr so oft.

Na dann bin ich ja beruhigt

Weißt Du, ob man die Antioxidantien im Blut messen kann?

---

---

Subject: Re: Bedenken wegen zu wenigen freien Radikalen...

Posted by [Figaro03](#) on Sun, 04 Mar 2007 22:57:54 GMT

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

---

ne sorry, keine Ahnung momentan.

du kannst aber mal dannach suchen. Zum einen gibts irgendwie die Möglichkeit in der Apotheke mit nem Gerät, wenn ich nicht irre. Zum anderen gab es irgendein Institut in Bayern (glaube war München), das das macht.

Musst mal hier suchen nach "Antioxidantenstatus".

Ich will mir das jetzt nur nicht alles durchlesen müssen...

---