
Subject: Was haltet ihr von diesem NEM?
Posted by [mgd81](#) on Fri, 14 Sep 2007 14:59:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi ihr,

möchte doch wieder ein NEM in mein Regiment aufnehmen. Sollte alles wichtige enthalten, jedoch nicht in Überdosierungen.

Was haltet ihr von diesem hier?

<http://www.gnc.com/product/index.jsp?productId=2133781&cp&pg=3&sr=1&origkw=hair&kw=hair&parentPage=search>

Unter "Product Info" (unten) sind die Inhaltsstoffe aufgeführt. Sind doch eigtl. alle HA-relevanten Vitamine, Mineralstoffe und sogar Antioxidantien (incl. Cayenne-Pfeffer) in vertretbaren Dosierungen drin,oder!?

VG,
Mgd

Subject: Re: Was haltet ihr von diesem NEM?
Posted by [pilos](#) on Fri, 14 Sep 2007 15:10:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

um sich das produkt aus den usa zu bestellen und auch noch womöglich beim zoll zu landen ist das produkt zu 08/15...

Subject: Re: Was haltet ihr von diesem NEM?
Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 14 Sep 2007 15:11:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mgd81 schrieb am Fre, 14 September 2007 16:59Hi ihr,

möchte doch wieder ein NEM in mein Regiment aufnehmen. Sollte alles wichtige enthalten, jedoch nicht in Überdosierungen.

Was haltet ihr von diesem hier?

<http://www.gnc.com/product/index.jsp?productId=2133781&cp>

p&pg=3&sr=1&origkw=hair&kw=hair&parentPage=search

Unter "Product Info" (unten) sind die Inhaltsstoffe aufgeführt. Sind doch eigtl. alle HA-relevanten Vitamine, Mineralstoffe und sogar Antioxidantien (incl. Cayenne-Pfeffer) in vertretbaren Dosierungen drin, oder!?

VG,
Mgd

Also gehen wir mal durch was da drin ist:

Zitat: Vitamin A (100% as beta-Carotene)	1000.00 IU	20%
Vitamin C (as Ascorbic Acid)	30.00 mg	50%
Vitamin E (as Mixed Tocopherols)	10.00 IU	33%
Thiamin (Vitamin B-1)(as Thiamin Hydrochloride)	1.50 mg	100%
Riboflavin (Vitamin B-2)	1.70 mg	100%
Niacin (as Niacin and Niacinamide)	25.00 mg	125%
Vitamin B-6 (as Pyridoxine Hydrochloride)	2.00 mg	100%
Folic Acid	400.00 mcg	100%
Vitamin B12 (as Cyanocobalamin)	6.00 mcg	100%
Biotin	2000.00 mcg	667%
Pantothenic Acid (as Calcium d-Pantothenate)	50.00 mg	500%
Iodine (as Kelp)	50.00 mcg	33%
Magnesium	15.00 mg	4%
Zinc (as Zinc Gluconate)	15.00 mg	100%
Copper (as Copper Gluconate)	1.00 mg	50%
Silica (as Silicon Dioxide)	2.00 mg	**
Boron (as Boron Gluconate)	1.00 mg	**
L-Cysteine	100.00 mg	**
Choline (as Choline Bitartrate)	250.00 mcg	**
Inositol	50.00 mcg	**
Hydrolyzed Gelatin	25.00 mg	**
Natural Amino Acid Complex (as Lactalbumin)	50.00 mg	**
Cayenne Pepper (Capsicum frutescens)	10.00 mg	**
Proprietary Herbal Blend	20.00 mg	**
Juniper Berries Powder (Juniperis communis)		**
Uva Ursi Powder (Arctostaphylos uva ursi)		**
Watermelon Seeds Powder (Citrullus vulgaris)		**
Cubeb Fruit Powder (Piper cubeba)		**
Goldenrod Herb Powder (Solidago virgaurea)		**
Horsetail Herb Powder (Equisetum arvense)		**
Buchu Leaves Powder (Barosma crenata)		**
Corn Silk Powder (Zea mays)		**
Cranberry Bark Powder (Vaccinium macrocarpon)		**
Shavegrass Powder (Equisetum arvense)		**

Hmm, etwas zu viel um alles alleine zu beschreiben. Allerdings sind da ja einige Sachen drin und das Problem dabei, dass fast alles so gering dosiert ist, dass man keine Wirkung erwarten kann (Eine Wirkung in Bezug auf AGA würde ich überhaupt garnicht erwarten, auch bei anderen NEMs nicht).

2mg Biotin, da gibts beim Aldi gleich 10mg. 15mg Magnesium in 2 Tabletten, hätte man sich

auch sparen können. Das einzige was gut dosiert ist, ist mit 15mg Zink. Aber das ist ja bei längeren Einnahmen auch umstritten! Leider steht zu den letzteren Wirkstoffen nicht dabei wieviel davon enthalten ist.

Ich denke mit einem Vitamin-B Komplex und Biotin, evtl. Zink+VitC fährt man auch nicht unbedingt schlechter. Allerdings sind die Kapseln ja jetzt nicht wirklich teuer. Ich habe solche Produkte schon für 60€ die Dose gesehen! Du kannst ja mal schauen, was Dich am meisten von den Extrakten interessiert und dort nach höher dosierten Kapseln schauen. Cayenne hab ich z.B. in mind. 20-40-fach höhere Dosis zuhause.

Subject: Re: Was haltet ihr von diesem NEM?

Posted by [mgd81](#) on Fri, 14 Sep 2007 20:08:04 GMT

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

hi ihr,

denk ich werd mir das produkt holen, weil ich eh atm in den usa bin.

um unterversorgung vorzubeugen ist es hofftl. in ordnung und nen direkten einfluss auf die aga versprech ich mir eh von keinem nem. hab eher angst vor kontraproduktiver üerversorgung/verdrängung.

vg,
mgd
