

---

Subject: biotin, kieselerde unschädlich?

Posted by [ambria](#) on Thu, 31 May 2007 06:40:40 GMT

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

---

ich wollte mich mal erkundigen, wie lange ihr schon gewisse NEMs (z.b. Folsäure, B-Vitamine, Zink, Biotin, Kieselerde) nehmt und ob das schädlich sein kann, wenn man sie STÄNDIG nimmt. Oder ist das immer nur vorübergehend gedacht?  
lg, ambria

---