

---

Subject: ..auch eine kleine Empfehlung....

Posted by [Lula74](#) on Thu, 16 Aug 2007 14:12:06 GMT

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

---

Mein Endo hat mir Zinkodot 25 mg empfohlen...kostet zwar seine 9-11 Euro (für 50 Tablette), aber sie hat gesagt bei HA würden 10 mg die ich jetzt nehme überhaupt nicht ausreichen. So und jetzt soll ich das für 6-8 Wochen nehmen: ich hoffe das sich meine Haut und der HA dadurch ein bißchen verbessern;)...

Das Produkt das ich vorher genommen habe (diese Zink/Vit.C/Biotin Komboprodukte finde ich ist nichts für Leute mit HA...zu niedrig dosiert und es schränkt einen ein denn mehr als 1 Tabl. sollte man nicht nehmen-sonst hat man evtl. zuviel Biotin genommen und blablabla.

Ich denke das solche Komboprodukte nur gut sind für Leute die keine HA oder keinen Mangelzustand haben.

---