

---

Subject: Suche gutes Multivitamin und Mineralien Präparat, Tipps?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 10 Feb 2026 08:02:02 GMT

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

---

Hallo,

Da mein jahrelang genommenes vitagen A-Z Multivitamin Präparat eingestellt und durch ein anderes ersetzt wurde, was mir aufgrund der extrem hohen Dosierung von 2200% Vitamin b12 nicht mehr gefällt, muss ich mich wohl umorientieren.

Das Präparat sollte alle Vitamine haben, bioverfügbare Form und in vernünftiger Dosierung, also max. 200% sowie alle Standard mineralien.

Desweiteren möglichst ohne schädliche Hilfsstoffe.

Wenn da jemand Tipps parat hat, gerne her damit :)

---