
Subject: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?
Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 22 Nov 2022 11:24:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

Welches der drei Wirkstoffe wird empfohlen für eine antioxidative Wirkung? Hab gelesen, S-Acetyl-Glutathion soll direkt in die Zellen gehen und nac und alpha liponsäure erst umgewandelt werdn.

Ich steig nicht wirklich durch.

Oder ist alles drei totaler Quatsch zu nehmen?

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?
Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Nov 2022 12:05:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

S-Acetyl-Glutathion ist überflüssig

https://www.researchgate.net/publication/331475848_Oral_Administration_of_S-acetyl-glutathione_Impact_on_the_Levels_of_Glutathione_in_Plasma_and_in_Erythrocytes_of_Healthy_Volunteers

wenn schon dann nac+glycin 1:1

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?
Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 22 Nov 2022 12:07:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gibts das als nem?

Als GlyNAC konnte selbst amazon nichts finden....

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?
Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Nov 2022 12:44:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Tue, 22 November 2022 14:07Gibts das als nem?

Als GlyNAC konnte selbst amazon nichts finden....

beide separat als pulver kaufen und mischen

z.b. bei hsnstore.de

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 22 Nov 2022 12:49:47 GMT

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

Oh besten Dank! Wieviel mg von beiden emphielst du pro Tag?

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 22 Nov 2022 12:59:08 GMT

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

Alpha-Liponsäure: Ist sehr gut! Allerdings sind mir keine Studien zu AGA bekannt.

NAC: Noch besser! Hier gibt es eine positive Studie mit AGA-Probanden

Und Vitamin E als Tocotrienol kann ich noch empfehlen. Das ist ein sehr teures, spezielles Vitamin E, welches man nicht in Drogerien kaufen kann. Laut einer Studie konnte es sogar Bauchspeicheldrüsenkrebs heilen! Obwohl diese Krebsart bis heute praktisch nicht heilbar ist. Auch gegen AGA hat es sehr gut geholfen. Dazu gibt es eine Studie.

Mariendistel ist auch sehr antioxidativ und wirkt anti-fibrotisch.

Astaxanthin wirkt auch sehr stark antioxidativ und hemmt auch DHT (in vitro).

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Nov 2022 13:16:15 GMT

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

Fliesengott schrieb am Tue, 22 November 2022 14:49 Oh besten Dank! Wieviel mg von beiden emphielst du pro Tag?
mindestens je einen beigelegten messlöffel (im checkout....Ich brauche einen Messlöffel..aktivieren !)...ca 700mg

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 22 Nov 2022 13:20:17 GMT

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

Okay, besten Dank. Werd es mal probieren. Melde mich in 80 Jahren, ob es was gebracht hat mit der längeren Lebenserwartung :d

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Nov 2022 13:22:57 GMT

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

Fliesengott schrieb am Tue, 22 November 2022 15:20Okay, besten Dank. Werd es mal probieren. Melde mich in 80 Jahren, ob es was gebracht hat mit der längeren Lebenserwartung :d :d

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [A.Z.](#) on Tue, 22 Nov 2022 16:36:44 GMT

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

Pilos wieso nimmst du Nac und Glycin?..nutze es jetzt seit knapp 1 Woche.. meine Beschwerden nach covid scheinen langsam besser zu werden!!

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 22 Nov 2022 16:41:57 GMT

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

Pilos hat doch garnicht gesagt,dass er es nimmt ;)

Sollte man es eigentlich auf leeren magen oder nach einer Mahlzeit einnehmen?

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Nov 2022 17:16:54 GMT

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

A.Z. schrieb am Tue, 22 November 2022 18:36Pilos wieso nimmst du Nac und Glycin?..nutze es jetzt seit knapp 1 Woche.. meine Beschwerden nach covid scheinen langsam besser zu werden!! als ich corona hatte und danach, habe ich das massig genommen

3-4x am tag

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Nov 2022 17:21:35 GMT

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

Fliesengott schrieb am Tue, 22 November 2022 18:41

Sollte man es eigentlich auf leeren magen oder nach einer Mahlzeit einnehmen?
egal

ich habe einfach spitzvoller meßlöffel von beiden in 500 ml wasser gelöst und getrunken

ich mag den schwefligen geschmack...ist nicht jedermannssache :d

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 22 Nov 2022 17:33:44 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 22 November 2022 13:59 Alpha-Liponsäure: Ist sehr gut!
Allerdings sind
mir keine Studien zu AGA bekannt.

NAC: Noch besser! Hier gibt es eine positive
Studie mit AGA-Probanden

Und Vitamin E als Tocotrienol kann ich noch
empfehlen. Das ist ein sehr teures, spezielles
Vitamin E, welches man nicht in Drogerien kaufen kann.
Laut einer Studie konnte es sogar
Bauchspeicheldrüsenkrebs heilen! Obwohl diese
Krebsart bis heute praktisch nicht heilbar ist.
Auch gegen AGA hat es sehr gut geholfen.
Dazu gibt es eine Studie.

Mariendistel ist auch sehr antioxidativ und
wirkt anti-fibrotisch.

Astaxanthin wirkt auch sehr stark antioxidativ und
hemmt auch DHT (in vitro).

Und sind die studien glaubwürdig zu Vitamin E als Tocotrienol?

Oder bezahlte in Auftrag gegebene ?

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Frank1970](#) on Tue, 22 Nov 2022 17:53:54 GMT

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

Fliesengott schrieb am Tue, 22 November 2022 18:33Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 22 November 2022 13:59Alpha-Liponsäure: Ist sehr gut! Allerdings sind mir keine Studien zu AGA bekannt.

NAC: Noch besser! Hier gibt es eine positive Studie mit AGA-Probanden

Und Vitamin E als Tocotrienol kann ich noch empfehlen. Das ist ein sehr teures, spezielles Vitamin E, welches man nicht in Drogerien kaufen kann. Laut einer Studie konnte es sogar Bauchspeicheldrüsenkrebs heilen! Obwohl diese Krebsart bis heute praktisch nicht heilbar ist. Auch gegen AGA hat es sehr gut geholfen. Dazu gibt es eine Studie.

Mariendistel ist auch sehr antioxidativ und wirkt anti-fibrotisch.

Astaxanthin wirkt auch sehr stark antioxidativ und hemmt auch DHT (in vitro).

Und sind die studien glaubwürdig zu Vitamin E als Tocotrienol?
Oder bezahlte in Auftrag gegebene ?

Ist schon glaubwürdig, da absolut nachvollziehbar.

Meine Haarqualitaet hat sich in meinen 20 s unter vit e immer schnell verbessert.

Sehr potenter Antioxidant.

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 22 Nov 2022 18:16:26 GMT

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

Und welches genau nimmst du? Hast du eine quelle?

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Nov 2022 18:27:10 GMT

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

bloß nicht zu viel erwarten, dann wir die enttäuschung kleiner ausfallen

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [REMOLAN](#) on Tue, 22 Nov 2022 18:59:39 GMT

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

Frank1970 schrieb am Tue, 22 November 2022

Ist schon glaubwürdig, da absolut nachvollziehbar.

[bMeine Haarqualitaet hat sich in meinen 20 s unter vit e immer schnell verbessert. [/b]

Sehr potenter Antioxidant.

Interessant, war bei mir mit 20-21 auch so. War mir damals nicht sicher, jedoch rückblickend war das einzig potentiell Wirksame damals Vitamin E als gemischte Tocopherole und Tocotrienole (8 Formen).

Die BCAA, Maqui Beere und Maca Wurzel waren es wohl nicht. Bekam damals zwar viel shedding, aber mehr Flaum unter den GHE und insgesamt wurde das Hautbild satter und vitaler, Haardicke nahm ca. 5% zu in dem Jahr.

Vllt solle das wieder ins Regimen.

Und NAC+Glycin definitiv, 700-1000mg pro Tag jeweils, Glycin darf ruhig abends noch mal mit 2000mg eingesetzt werden, um die Schlafqualität zu fördern. Am besten immer die Vorstufen statt den fertigen Baustein dem Körper geben...gilt zB für Glutathion, Melatonin, etc. Besser für die Homöostase.

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Frank1970](#) on Tue, 22 Nov 2022 19:40:25 GMT

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

Fliesengott schrieb am Tue, 22 November 2022 19:16Und welches genau nimmst du? Hast du eine quelle?

Immer optovit.

Kannst du überall kaufen, apo oder webapo.

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Nov 2022 19:58:37 GMT

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

man kann diesen bullshit nicht mehr lesen...ach in ihren 20-er hatten alle auch ohne vit E haare x(

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Frank1970](#) on Tue, 22 Nov 2022 20:10:51 GMT

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

pilos schrieb am Tue, 22 November 2022 20:58

man kann diesen bullshit nicht mehr lesen...ach in ihren 20-er hatten alle auch ohne vit E haare x(

Die Qualität hatte sich schnell verbessert.

Eine Stunde nach Einnahme war die Kopfhaut deutlich besser hydriert und die Haare haben geglaenzt und super gelegen.

Das ist eine Wirkung auf die Haut!

Und darum geht es ja.

Hatte ich damals auch zufällig entdeckt.

Hab mich zuerst gewundert warum meine Haare plötzlich so gut lagen..

Antioxidantien sind Additiv ein Muss.

Vit E wurde ja sogar gegen. Menopausale Beschwerden eingesetzt.

Ist fast wie ein Hormon.....

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 22 Nov 2022 20:59:25 GMT

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

Frank1970 schrieb am Tue, 22 November 2022 20:40Fliesengott schrieb am Tue, 22 November 2022 19:16Und welches genau nimmst du? Hast du eine quelle?
Immer optovit.

Kannst du überall kaufen, apo oder webapo.

Aber ist doch normales Tocopherol und kein Tocotrienol, oder versteh ich was falsch?

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Nov 2022 21:01:01 GMT

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

Fliesengott schrieb am Tue, 22 November 2022 22:59

Aber ist doch normales Tocopherol und kein Tocotrienol,

eben

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 22 Nov 2022 21:02:51 GMT

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

Als Tocotrienol konnte ich nur dieses finden:

<https://shop.apotal.de/tocotrienol-kapseln-90st-kapseln-07688057>

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Nov 2022 21:25:05 GMT

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

Fliesengott schrieb am Tue, 22 November 2022 23:02Als Tocotrienol konnte ich nur dieses finden:

<https://shop.apotal.de/tocotrienol-kapseln-90st-kapseln-07688057>

waren schon immer sehr teuer

<https://www.medizinfuchs.de/07688057>

hier von 2020 eine alte zusammenstellung

im vergleich zum obigen

trotzdem haarmäßig nix erwarten...es war schon mal hier ein hype..... :arrow:

vor genau 10 jahren

https://www.alopezie.de/fud/index.php/s/?SQ=bdbb709a10066debe243538253809525&t=search&srch=tocomin&btn_submit=Suche&field=all&forum_limiter=&attach=0&search_logic=AND&sort_order=REL&author=

dass man hier immerwieder aus der mottenkisten den kram wiederbelebt x(x(x(

File Attachments

1) [tocos \(1\).png](#), downloaded 40 times

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 23 Nov 2022 02:06:48 GMT

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

Zitat:trotzdem haarmäßig nix erwarten...es war schon mal hier ein hype..... :arrow:

vor genau 10 jahren

dass man hier immerwieder aus der mottenkisten den kram wiederbelebt Dead Dead Dead

Und warum ist das im Sande verlaufen?

Die Erfahrungsberichte können sich sehen lassen:

<http://anabolicminds.com/forum/supplements/189924-toco-8-hair.html>

<http://www.elitefitness.com/forum/anabolic-steroids/stop-hair-loss-toco-8-a-579041.html>

http://tnation.t-nation.com/free_online_forum/diet_performance_nutrition_supplements/toco8_and_hair_growth

<http://forum.bodybuilding.com/showthread.php?t=141263841&page=1>

<http://imgtfy.com/?q=toco8+hair+grow>

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Fliesengott](#) on Wed, 23 Nov 2022 07:01:07 GMT

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

Mir geht es eher um den gesundheitlichen Aspekt und nicht um die Haare. Ist es dafür wenigstens sinnvoll?

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Frank1970](#) on Wed, 23 Nov 2022 07:48:38 GMT

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

pilos schrieb am Tue, 22 November 2022 22:25Fliesengott schrieb am Tue, 22 November 2022 23:02Als Tocotrienol konnte ich nur dieses finden:

<https://shop.apotal.de/tocotrienol-kapseln-90st-kapseln-07688057>
waren schon immer sehr teuer

<https://www.medizinfuchs.de/07688057>

hier von 2020 eine alte zusammenstellung

im vergleich zum obigen

trotzdem haarmäßig nix erwarten...es war schon mal hier ein hype..... :arrow:

vor genau 10 jahren

https://www.alopezie.de/fud/index.php/s/?SQ=bdbb709a10066debe243538253809525&t=search&srch=tocomin&btn_submit=Suche&field=all&forum_limiter=&attach=0&search_logic=AND&sort_order=REL&author=

dass man hier immerwieder aus der mottenkisten den kram wiederbelebt x(x(x(

Das hat doch eh keiner lang genug genommen.
Wie kann man da von Mottenkiste sprechen?

Als waere das hier erprobt auf Teufel komm raus :lol:

Das wirkt u. A als Antioxidant auf die Genexpression der subkutis.
Alle tocopherole.

Bis die sich umbaut kann lange dauern.

<https://bmccgenomics.biomedcentral.com/articles/10.1186/s12864-016-3405-8>

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/full/10.1002/oby.21135>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/26148343/>

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Caz9](#) on Wed, 23 Nov 2022 13:54:21 GMT

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

REMOLAN schrieb am Tue, 22 November 2022 19:59Frank1970 schrieb am Tue, 22 November 2022

Ist schon glaubwürdig, da absolut nachvollziehbar.

[bMeine Haarqualitaet hat sich in meinen 20 s unter vit e immer schnell verbessert. [/b]

Sehr potenter Antioxidant.

Interessant, war bei mir mit 20-21 auch so. War mir damals nicht sicher, jedoch rückblickend war das einzig potentiell Wirksame damals Vitamin E als gemischte Tocopherole und Tocotrienole (8 Formen).

Die BCAA, Maqui Beere und Maca Wurzel waren es wohl nicht. Bekam damals zwar viel shedding, aber mehr Flaum unter den GHE und insgesamt wurde das Hautbild satter und vitaler, Haardicke nahm ca. 5% zu in dem Jahr.

Vllt solle das wieder ins Regimen.

Und NAC+Glycin definitiv, 700-1000mg pro Tag jeweils, Glycin darf ruhig abends noch mal mit 2000mg eingesetzt werden, um die Schlafqualität zu fördern. Am besten immer die Vorstufen statt den fertigen Baustein dem Körper geben...gilt zB für Glutathion, Melatonin, etc. Besser für die Homöostase.

Soweit ich weiß hemmt Alpha Tocopherol die Aufnahme von Tocotrienole. Also Mischpräparate sind recht nutzlos. Ich nehme seit nem halben Jahr das von Swanson 50mg

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [pilos](#) on Wed, 23 Nov 2022 14:41:48 GMT

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

Caz9 schrieb am Wed, 23 November 2022 15:54

Soweit ich weiß hemmt Alpha Tocopherol die Aufnahme von Tocotrienole. Also Mischpräparate sind recht nutzlos. Ich nehme seit nem halben Jahr das von Swanson 50mg

nicht nur dass es hemmt, möglicherweise verdrängt es auch..aber nur bei größere mengen tocopherol, den alle tocotrienole präparate, haben auch etwas tocopherol drin.

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Frank1970](#) on Wed, 23 Nov 2022 16:58:27 GMT

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

pilos schrieb am Wed, 23 November 2022 15:41Caz9 schrieb am Wed, 23 November 2022 15:54
Soweit ich weiß hemmt Alpha Tocopherol die Aufnahme von Tocotrienole. Also
Mischpräparate sind recht nutzlos. Ich nehme seit nem halben Jahr das von Swanson 50mg
nicht nur dass es hemmt, möglicherweise verdrängt es auch..aber nur bei größere mengen
tocopherol, den alle tocotrienole präparate, haben auch etwas tocopherol drin.

Warum wurde das in der Studie dann so....

required to take one capsule of either the placebo or tocotrienol twice daily after meal over a
period of 8 months.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3819075/>

....., gehandhabt?

Man wird sich doch sicher bewusst gewesen sein, daß bestmögliche Ergebnisse erwünscht
sind.

Sehe gerade, hattest du ja schon in ähnlicher Form erwaeht pilos.

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Fliesengott](#) on Wed, 23 Nov 2022 18:35:06 GMT

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

Bin jetzt verwirrt. Also kann man ein mischpräparat mit tocopherol nehmen oder nicht?

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 23 Nov 2022 21:56:39 GMT

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

Frank1970 schrieb am Wed, 23 November 2022 17:58pilos schrieb am Wed, 23 November 2022
15:41Caz9 schrieb am Wed, 23 November 2022 15:54

Soweit ich weiß hemmt Alpha Tocopherol die Aufnahme von Tocotrienole. Also
Mischpräparate sind recht nutzlos. Ich nehme seit nem halben Jahr das von Swanson 50mg
nicht nur dass es hemmt, möglicherweise verdrängt es auch..aber nur bei größere mengen
tocopherol, den alle tocotrienole präparate, haben auch etwas tocopherol drin.

Warum wurde das in der Studie dann so....

required to take one capsule of either the placebo or tocotrienol twice daily after meal over a period of 8 months.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC3819075/>

....., gehandhabt?

Man wird sich doch sicher bewusst gewesen sein, daß bestmögliche Ergebnisse erwünscht sind.

Sehe gerade, hattest du ja schon in ähnlicher Form erwahnt pilos.

Es sind ja alles TocoTRIEnole:

Alpha, Beta und Gamma.

Und das bisschen Tecopherol ging wohl nicht anders,
weil das halt Bestandteil der Palmöle ist.

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [REMOLAN](#) on Wed, 23 Nov 2022 22:42:35 GMT

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

Ahja was Caz9 und Pilos sagen stimmt wohl. Interessant, wusste ich noch nicht. Aber wenn der Tocopherolanteil gering ist und viel mehr Tocotrienole da sind, dann sollte es eben die Verstoffwechselung nicht groß stören.

Subject: Aw: Nac, S-Acetyl-Glutathion oder alpha liponsäure?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 24 Nov 2022 13:56:14 GMT

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

Das günstigste ist wohl das von Swanson.

Kostet ca. 24 Euro/Monat.

ich habe es bei ebay bestellt.

Topisch würde ich das aber nicht anwenden.

Denn Tocotrienol hemmt Angiogenese!! :twisted:

GANZ schlecht!
