

Die Werbung verspricht viel: Vitamin-Brausetabletten sollen den Körper mit notwendigen wichtigen Vitaminen, wie z.B. Vitamin C, versorgen und dem Körper helfen nicht krank zu werden.

Doch der Körper sieht das jedoch anders. Mit synthetischen, also chemisch hergestellten Vitaminen kann der Körper nichts anfangen. Dafür Nebenwirkungen auslösen, wie z.B.: Überempfindlichkeitsreaktionen (Atembeschwerden, allergische Hautreaktionen), Kalziumoxalat-Nierensteine, bei höherer Dosis: Hämolysen (Auflösung der roten Blutzellen).

Ersetzen Sie deshalb künstliche Vitamine durch frische Früchte und frisches Gemüse. So kann der Körper von sämtlichen Nährstoffen profitieren.