

Vorbeugen gegen Krankheiten...

Beitrag von „Sabi“ vom 26. Oktober 2004 18:13

Zitat

Weißt du, woher du diese Infos hast??

das mit dem echinacin hatte ich mal in irgendeiner zeitschrift gelesen und hab daraufhin die apothekerin gefragt, als ich nun selbst eine echinacin"kur" machen wollte. die hat das dann bestätigt.

richtig schlau gemacht hatte ich mich noch nicht, habe jetzt aber mal gegoogelt:

zu risiken:

<http://www.zeit.de/archiv/1996/20/echinac.txt.19960510.xml>

eine art "waschzettel":

<http://www.integral.lu/Index-Dateien/echinacin.htm#15>

werbung von einem führenden hersteller.. :

<http://www.madaus.de/cd/article/article.jsp?oid=606>

<http://www.madaus.at/index.asp?inhaltid=9000>

also beim stöbern fiel mir auf, dass die wirkung von echinacin oftmals angezweifelt wird, da nicht wirklich bewiesen..

trotzdem berichten betroffene von besserungen, studien mit vergleichsgruppen sagen jedoch sogar aus, dass echinacin nichts bringt.

ich vermute fast, dass man da die risiken und den nutzen für sich selbst ausrechnen muss 
nur leider kanns eben doch schaden.

tipps zum immunsystem gibts übrigens auch hier:

<http://www.br-online.de/umwelt-gesundh...praevention.xml>

gre, sabi

ps: ein 8er-pack actimel kostet bei uns 2,99 und ich "befürchte" das war ein angebot.. schon teuer wie ich find.