

# Vitasprint & Co

## Beitrag von „Titania“ vom 29. August 2006 18:31

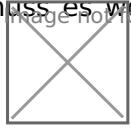
Zitat

**Vivi schrieb am 29.08.2006 15:16:**

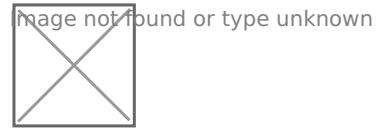
Ich glaube, Vitamin B ist gut für die Nerven und dein Nervenkostüm. Wenn du im Stress bist, kann sich das Vit. B positiv auf deinen Allgemeinzustand auswirken. Du bist etwas ausgeglichener und belastbarer. Um bei Mega-Stress richtig "over-cool" zu werden, wird das aber nicht ausreichen, da braucht man andere Sachen 😊

Ich habe Vitasprint während des 1. Examens genommen, aber keine Wirkung bemerkt... Man muss es wohl über eine längere Zeit nehmen. Und das war mir dann

wieder zu teuer...



Übrigens: in Bananen und Nüssen ist auch 'ne Menge Vitamin B



Und auch Schokolade ist gut für die Nerven und macht glücklich - zumindest in Maßen. Jedenfalls ist sie billiger.