

Vitamin C- Infusionstherapie - Erfahrungen?

Beitrag von „s3g4“ vom 10. Februar 2024 16:39

[Zitat von Conni](#)

Meine Ärztin hält viel von Vitamin C, meint, dass viele Menschen trotz gesunder Ernährung zu wenig im Blut haben und schreibt, es sei auch als Infusion sicher

Selbstverständlich ist das sicher. Vitamin C ist wasserlöslich, der Überschuss wird dann ausgeschieden.

Bei Ärzten die pauschal irgendein Vitamin oder Spurenelement toll finden wäre ich ehrlich gesagt sehr vorsichtig. Besonders, weil Vitamin C in so vielen Lebensmitteln vorkommt und man sich schon echt schlecht ernähren muss, dass man einen Mangel zu haben. Und dann gibt es noch günstige Supplemente. Ich verstehe den Sinn einer Infusion ehrlich gesagt gar nicht.