



Az alábbi szalagcímek ismerősek lehetnek:

„Preparativos de vitaminas - não só inútil, mas também prejudicial” – *Berliner Zeitung*
 „As pílulas de vitamina B aumentam o risco do cancro do pulmão” – *Jornal Welt*
 „Quando os comprimidos de vitaminas danificam” – *Jornal Spiegel*

Nem mehetünk el szó nélkül az ilyen híresztelések mellett. Ezek kifejezetten felháborítóak, mert megzavarják az embereket.

Szinte minden olyan tanulmány, amelyre ezek a negatív jelentések utalnak, alacsony minőségű készítményeket vagy csak az egyes anyagok hatékonyságát vizsgálta.

Most azonban kiderült, hogy ezeknek a jelentéseknek egy része az igazság bizonyos elemeit tartalmazza, ahogy fűzetünk is mutatja. Különben hogyan magyarázhatnánk, hogy a széles körben használt mikroápanyag-kombinációk elősegítik a rákos sejtek növekedését?

A rossz minőségű kombinációknak nincs olyan előnyös hatása, mint a tudományosan kifejlesztett és kipróbált kombinációknak.

Ha egy szupermarket polca előtt állsz, és olyan multivitamin készítményeket találsz, amelyek csak néhány száz forintba kerülnek, óvatossá kell lenned. Nagyon valószínű, hogy ez a vitamin-keverék kiváló minőségű természetes anyagokból áll. Amint ezt fűzetünk is mutatja, az ilyen készítmények hatékonysága vitatható – ha csak a gyártó mást nem bizonyít.

