

Az igazság a táplálékkiegészítőkről



Az étrendkiegészítőket árusító üzletek polcain található áruk közül csak kevésről mondható el, hogy valóban egészséges. A felhasznált gyógynövények tisztaságát senki nem ellenőrzi, a táplálékkiegészítők választéka pedig mindig az aktuális trendekhez igazodik, legyen szó fogyásról vagy hajnövesztésről. Két új tanulmány most a proteinkiegészítők használatát kérdőjelezi meg.

[Bővebben>>>](#)