Verbraucherzentrale Hessen

Große Friedeberger Str. 13-17

60313 Frankfurt/Main

03.11.2026

**Stellungnahme zur Bioverfügbarkeitsstudie**

Sehr geehrte

gerne nehmen wir zu Ihrem Schreiben ausführlich Stellung – zuerst kurz, dann ausführlich.

++++++++++++++

**Zusammenfassung (400 Zeichen):**

Diese Studie hat bewiesen, dass u.a. alle gemessenen Vitamine aus LaVita im Körper ankommen. Das ist relevant und von enormer Aussagekraft, da häufig behauptet wird, gleichzeitig eingenommene Mikronährstoffe würden sich gegenseitig hemmen. Mit der Studie konnte bewiesen werden, dass dies insbesondere aufgrund der aufeinander abgestimmten Zutaten gerade nicht auf LaVita zutrifft.

**Ausführlich:**

Diese Studie hat bewiesen, dass die gemessenen Vitamine, Mineralien sowie Coenzym Q10 und L-Carnitin aus LaVita im Körper ankommen. Das ist insofern relevant und auch nicht selbstverständlich, da häufig behauptet wird, gleichzeitig eingenommene Mikronährstoffe würden sich gegenseitig hemmen. Mit der Studie konnte bewiesen werden, dass dies insbesondere aufgrund der aufeinander abgestimmten Zutaten gerade nicht auf LaVita zutrifft.

Insbesondere wird behauptet, dass Vitamine und Mineralstoffe sich allgemein beeinträchtigen sollen, manche Hersteller produzieren deshalb sogar 2 Produkte mit ungleich höheren Tageskosten. Zudem gibt es für Kombinationen wie Zink und Eisen, Selen und Zink, Selen und Vitamin C, Vitamin E und Vitamin K oder Vitamin B12 und Vitamin C gibt es Erkenntnisse, dass die Aufnahme eingeschränkt sein kann. Dies alles gilt jedoch vor allem für hoch dosiert und isoliert aufgenommene Stoffe, aber nicht für LaVita.

Die Studie wurde zudem peer reviewed (fachlich geprüft) veröffentlicht. Sie ist in der US-Amerikanischen Datenbank PubMed gelistet und seit 2015 öffentlich zugänglich. Auch das ein klarer Beweis, dass diese Frage von erheblicher wissenschaftlicher Bedeutung ist.

**Kommen die Nährstoffe auch in den Zellen an?**

Die Aussage, dass die Stoffe auch den Zellen zur Verfügung steht, wurde zwar nicht für alle Stoffe unmittelbar gemessen. Aber es wurde gemessen für all die Stoffe, die in den roten Blutkörperchen eine Rolle spielen wie Eisen oder Zink. Dieses Ergebnis kann laut den

durchführenden Wissenschaftlern auf alle bioverfügbaren Nährstoffe und verwertenden Zellen übertragen werden, da dies medizinisches Allgemeinwissen betrifft.

Warum wurde es dann nicht für alle Stoffe gemessen? Laut den Wissenschaftlern wäre es ethisch nicht vertretbar gewesen, Gewebebiopsien zu entnehmen, um beispielsweise die Verwertung durch Bindegewebszellen zu untersuchen.

Mit freundlichen Grüßen