

## Vitamin C:

Manchmal besteht bei Meerschweinchen ein erhöhter Vitamin C Bedarf (in Fällen der Erkrankung, bei Schwangerschaften...)

Es wird in solchen Fällen oft empfohlen, Ascorbinsäure ins Trinkwasser zu geben.

### Dazu möchte ich folgendes anmerken:

Ascorbinsäure wird rein synthetisch hergestellt und der Körper kann sie so für sich nicht aufschlüsseln. Daher immer noch zusätzlich einen Tropfen echten Zitronensaft dazu geben.

Ich persönlich bin für die Abdeckung durch natürliches Vitamin C (Paprika, Broccoli..) oder, wenn es über die Nahrungsaufnahme nicht geht, dann durch Zugabe von Grapefruitkernextrakt (in der Apotheke) oder Acerolakirsche



(Apotheke, Reformhaus). Dies sind natürliche Alternativen zu der chemischen Ascorbinsäure.

**Vorsicht:** ein zuviel an Vitamin C wird zwar wieder ausgeschieden, es gibt aber bereits Untersuchungen, bei denen auf die Gefahr der Steinbildung (durch regelmäßige Belastung der Niere) hingewiesen wird.