

Hier die deutsche Zusammenfassung von Patrick.

Wirkstoff	Tages-Dosis/Dauer	Verbesserung Spermien
Carnitine	3g/ 3-4 Mon.	Anzahl Beweglichkeit +10% Schnelle +18%
Acetyl-carnitine	4g/ 2 Mon.	Schnelle ++
Arginine		Anzahl Beweglichkeit
Zink	24mg / 45-50 Tage	Testosteron+ Anzahl
	89mg/ 4 Mon.	Anzahl Beweglichkeit
Vitamin C	200/1000mg	gesamt ++ (Raucher!!)
	1000mg	140% Anzahl nach 1 Woche
	200mg	114% 100% Schwangerschaften (innerhalb von 60 Tagen) Besondere Verbesserung bei Verklebten Spermien
Vitamin E	600mg	Eindringen Sperma in Ei ++ IVF Beweglichkeit
	+Selen	Anzahl/normale++ Beweglichkeit++
Selen	mit Vitamin A, C, E	Beweglichkeit+ Anzahl gleich
	200mcg	keine Änderung *)
Vitamin B12	1500mcg/8-60 W.	gesamt + 60%
	1500mcg/4-24 W.	Anzahl, Dichte++ Beweglichkeit ++
	1000mcg/	bei 27% d. Teilnehmer 100 Mio/ml
Akupunktur	2 x wöchentlich / 5Wochen	alle Werte verbessert (ausgen. Volumen)

*) pers. Anm. Selen wirkt zur Entgiftung

Quelle:Male Infertility: Nutritional and Environmental Considerations
by Steven Sinclair, ND, LAc (Feb.2000)

Die angeführten Mengen sind therapeutische Mengen! Eine "Normalisierung" des Körpers sollte bei normalen Mengen nach einiger Zeit ebenfalls eintreten! Als normale Mengen würde ich z.B. die doppelte empfohlene Tagesmenge ansehen.