

---

Subject: Sulforaphan oder/und Sägepalme  
Posted by [Kajsa](#) on Mon, 11 Sep 2017 15:19:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Kurz zu mir:

Seit vielen Jahren leide ich zunehmend unter androgenetischer Alopezie (AGA), die nach einer Chemotherapie erst so richtig deutlich wurde.

Ich versuche seither mit natürlichen Mitteln, das Problem einigermaßen in den Griff zu bekommen. Seit ca. 2-3 Jahren nehme ich 3%-Pfefferminzöl-Lösung topisch ein- bis mehrmals täglich und 2-3 g Sägepalmenextrakt pro Tag innerlich

Für diese beiden Sachen hatte ich mich entschieden, da für beide Wirkstoffe immerhin Studien vorliegen. Ich hatte den Eindruck, dass der Haarausfall gestoppt wurde und sich sogar leicht verbessert hatte. Im Spiegel mit nassen Haaren konnte man viele nachwachsende Haare sehen.

Vor ca. 4-5 Monaten habe ich dann - aus Kostengründen - den Hersteller meines Sägepalmenextraktes gewechselt.

Mein Haarausfall ist generell eher langsam, aber stetig fortgeschritten und NICHT in deutlich erkennbaren Büscheln. Daher weiß ich nicht genau, WANN es jetzt schlimmer wurde, nur dass jetzt wieder ein Zustand erreicht ist, der dem von "vorher" entspricht, evtl. sogar noch ein wenig schlimmer. Ganz besonders schlimm ist es im Stirnbereich. Im hellen Licht sieht es aus, als ob ich dort praktisch keine Haare mehr habe!

Ich habe jetzt den Verdacht, irgendeinem Schwindler aufgesessen zu sein. Leider werden ja zunehmend apotheken- und rezeptpflichtige Medikamente gefälscht. Wieviel einfacher wäre dies dann bei Nahrungsergänzungsmitteln etc. Vielleicht lässt aber auch einfach nur die Wirkung mit der Zeit nach?

Hat jemand von Euch ähnliche Erfahrungen gemacht?

Gibt es Dinge, auf die Ihr beim Kauf dieser Präparate achtet (Herstellungsland, Label, etc.)

Bei meiner aktuellen Suche bin ich jetzt auch auf dieses Mittel gestoßen:  
Sulforaphan ein sekundärer Pflanzenstoff, der insbesondere im Brokkoli und in Brokkolisprossen zu finden ist

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/haarausfall-natuerlich-e-mittel-ia.html>

Hat jemand Erfahrung mit diesem Mittel?

Und noch eine letzte Frage:

Hat jemand schon einmal Brennesselsamen ausprobiert?

... oder Brennesselblätter (frisch / getrocknet?)

---