
Subject: Antioxidanten zur Bekämpfung des HA???
Posted by [Karina](#) on Thu, 22 Mar 2007 08:48:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey ihrs,

was haltet ihr von Antioxidanten wie NAC?

Nimmt das hier irgendjemand gegen seine Haarprobleme und kann mir berichten, ob es etwas bringt?

NAC ist ja eigentlich ein Schleimlöser - wird es genauso dosiert wie auf der Verpackung angegeben oder im Falle von HA anders?

Würde auch gern parallel dazu Melatonin einnehmen - dazu auch irgendwelche Kommentare?

Danke schon einmal für eure Infos!

GLG Karina

Subject: Re: Antioxidanten zur Bekämpfung des HA???
Posted by [Tina76](#) on Thu, 22 Mar 2007 10:31:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Karina!

Schau mal das war eine Empfehlung von Tina an eine Userin:
hallo alana

NAC 1800-2000 mg tgl. NAC200 von ct(8 eur 50 Stück)

Vit C 2000 mg tgl Eine Dose koster 1 eur 80 in der Apotheke.

Kupfer 1 mg tgl (Kupferorotat 1 mg Kapseln(c.a 15 eur)

Vit E 400 ug tgl Vit E Ratiopharm 400 1 mal tgl(c.a 8 Eur)

Zink 30-40 mg tgl Zinkorot 25/50 Stück c.a 10 Eur

Folsäure 10 mg tgl.Folsäure Ratiopharm 5 (c.a 15 Eur.(Billiger Reformhaus)

Ferritin(falls niedrig),2 mal Ferro Sanol tgl.(c.a 9 Eur)

Selen loges 300 30 Stück ein paar Eur

Wenn möglich 2 mg Melatonin abends.(I Net Bestellung Vitaminusa/c.a 30 Eur)

Ein Multimineral und ein Multivitaminpräpperat tgl.(multibionta Multimineral forte (c.a 15 Eur)

Eine hochkonzentrierte Aminoampulle tgl. Aminoblast Weider Megaforte(c.a 40 Eur)

Acetyl-LCarnitin von Chemacon GMBH(über Apo),..ist allerdings sehr teuer obwohl das billigste Präpperat.

das hab ich hier mal für jemanden erstellt.Nimm das alles,plus 5 mg Finasterid tgl.Nach c.a 2 Monaten NEM und Finasterid ,5%Minoxidil zusaetzlich.

Ich versichere dir dann wird alles gut?

An der SD hast du ja nichts,..oder?

Gruss tino

<http://hometown.aol.de/infoalopezie/sitewtwo3.htm>

Subject: Re: Antioxidanten zur Bekämpfung des HA???

Posted by [Tina76](#) on Thu, 22 Mar 2007 10:34:01 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da steht ja dann drin wieviel NAC und Melatonin. Ich persönlich habe es nie ausprobiert. Hilfreich ist es auch Tinos Homepage durchzulesen.

Ganz liebe Grüsse

Subject: Re: Antioxidanten zur Bekämpfung des HA???

Posted by [Karina](#) on Thu, 22 Mar 2007 10:44:53 GMT

[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Tina76 schrieb am Don, 22 März 2007 11:34

Hilfreich ist es auch Tinos Homepage durchzulesen.

Na nun rate mal, wie ich über dieses Thema gestolpert bin !

Jedenfalls vielen lieben Dank für deine wertvollen Tipps! Nun weiß ich wenigstens, wie viel ich von dem Zeug ggf. brauche...

Würde mich aber trotzdem interessieren, ob es hier "lebendige Erfahrungswerte" für diese Therapieform gibt!
