
Subject: Brennesselsamen

Posted by [kaaos_k](#) on Sun, 21 Oct 2007 18:58:42 GMT

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

ich habe einiges positives über Brennesselsamen gelesen. Zum einen enthalten sie viele Vitamine und Mineralstoffe, zum anderen soll sie (angeblich) Testo in Östrogen umwandeln können. (kein Beleg, Aussage von HP). Gefunden habe ich aber, dass die Brennessel Betasitosterol enthält, welches dem Östrogen ähnelt. Andererseits habe ich auch das hier gefunden: "In diversen, teilweise umstrittenen Untersuchungen über die Wirkungen von Brennesselwurzelextrakten wurde beispielsweise eine Hemmung des Enzyms Aromatase gefunden. Die Aromatase bewirkt die Bildung von Östrogen aus Testosteron"

Insgesamt habe ich im I-net aber einiges zur positiven Wirkung von Brennesselsamen in Bezug auf Haarwuchs (weniger Haarbruch, glänzender, guter Wachstum, Hilfe bei HA) gefunden. Hat es wer schon ausprobiert? Was haltet ihr davon?

http://www.weiss.de/phpbb2/viewtopic.php?t=3149&sid=39b8_dab63e6b6f4d9f002474ac32022d

<http://www.sojall-naturen.at/Ernaehrung/Brennessel.htm>

http://www.gesundheit.de/forum/haut/nachricht/8573/ch/32bbf4_0fa2/index.html

(besonders den letzten link finde ich interessant!!)

Subject: DAS wäre ja gar nicht gut!

Posted by [kaaos_k](#) on Sun, 21 Oct 2007 19:11:01 GMT

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

... Dafür gibt es zwar keine Hinweise, aber in Sachen freies Testosteron kann diese Pflanze Wichtiges bewirken. Es stellte sich nämlich heraus, dass bestimmte Inhaltsstoffe der Brennessel die Andockstellen für Testosteron an SHBG besetzen. Über diesen Umweg erhöht sich zwangsläufig die Konzentration an freiem Testosteron."

DAS wollen wir ja nicht... habe ich hier gefunden <http://www.newfood-info.de/#Brennessel>

Subject: Re: Brennesselsamen

Posted by [kaaos_k](#) on Tue, 23 Oct 2007 18:56:20 GMT

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

hm, hat keine hier eine Meinung? Totaler Quatsch vielleicht auch??
