
Subject: Übersäuerung und Haarausfall

Posted by [Esther](#) on Wed, 21 Jan 2009 18:56:23 GMT

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

Ich habe vor kurzem ein Buch über Übersäuerung gelesen (ist ja ziemlich in zur Zeit dieses Thema) und da kommen natürlich auch die Haare vor.

Es wird beschrieben, dass der übersäuerte Mensch generell zu wenig Nährstoffe hat und die Säure zudem die Talgproduktion der Drüsen beeinflusst.

Interessant fand ich auch den Teil über Hormone in dem Zusammenhang. Stress würde eine vermehrte Bildung der Hormone Adrenalin und Thyroxin zur Folge haben, diese wiederum würden den Anteil der männlichen Hormone im Körper der Frau ansteigen lassen (Testosteron)...

Daher die These, dass bei einer Entsäuerung des Körpers sogar der anlagebedingte Haarausfall zurückgehen kann, da so die Stressanpassung des Körpers verbessert wird, d.h. der Körper besser mit Stress umgehen kann.

Wollte mal fragen, ob jemand schon Versuche in Richtung Entschlackung/Entsäuerung gemacht hat und der Haarasufall eventuell besser wurde. Auch basische Shampoos usw. soll es ja geben.

Ich weiß zumindest, dass mein Haarausfall anfang in einer Zeit, in der ich extrem viel Stress hatte, sogar zu Depressionen neigte.

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall

Posted by [Rose23](#) on Thu, 22 Jan 2009 19:06:09 GMT

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

Hallo Esther,

der Heilpraktiker hat mir Basentabs verschrieben. Ich nehme alledings auch noch Minox, Kieselerde, Eisen, pantovigar N...

Ich denke, dass schon was dran sein kann an der Übersäuerungstheorie...du kannst ja einfach mal die Tabletten ausprobieren bzw. vorher mit einem Teststeifen überprüfen, ob du vllt. außerhalb des guten Bereichs liegst (mein Körper war deutlich übersäuert!)

LG

Rose

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall

Posted by [Centellita](#) on Thu, 22 Jan 2009 20:54:58 GMT

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

Hallo Rose,

ich habe auf Anragnen einer Heilpraktikerin ein stark basisches Shampoo genommen, zu meinem

Erstaunen war der HA danach erst mal weg (innerhalb von 3 Tagen von 300 auf 7 beim Waschen, dies nach 8 Monaten heftigem HA). Leider fing der HA dann wieder an (Wunder gibts eben doch nicht), ist aber seither nie wieder so schlimm geworden. Ich hab dann auch noch andere Produkte aus der selben Serie bestellt (Basenbad, Tinkturen für die Kopfhaut- sauteuer!), die auch, wie ich fand, ganz gut angeschlagen haben. Inzwischen bin ich bei durchschnittlich gut unter 100 pro Tag, es gibt dabei Ausreißer nach oben und unten. Ich würde schon sagen, dass der HA mindestens um die Hälfte zurückgegangen ist. Ich hoffe, es bleibt wenigstens so.

NUR ist es natürlich so, dass auch ich parallel einiges veranstalte, u. a. schlucke ich seit einer Weile Finasterid, zudem kann es sein, dass sich mein Hormonspiegel nach längerer Zeit nun langsam einpendelt. Insofern kann ich nicht klar sagen, dass die Besserung allein auf das Basenprogramm zurück zu führen ist. Nichtsdestotrotz war es schon verblüffend, wie umgehend sich da erst mal eine Veränderung eingestellt hat. Und die Basenbäder (leider das Günstigste an dem ganzen Spaß) sind super, man fühlt sich danach echt gut und die Haut wird schön.

Zusammenfassend denke ich, ist es kein Fehler, es zu probieren. Kohle haut man sowieso raus.

Ich hoffe, ich konnte Dir weiterhelfen.

LG

Centella

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall

Posted by [Centellita](#) on Thu, 22 Jan 2009 22:40:46 GMT

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

... ach und noch einen Vorteil hab ich, seit ich mit dem Basenshampoo rumoperiere: Das soll angeblich besonders gut wirken, wenn man die Haare täglich wäscht- und diesen Eindruck hab ich eigentlich auch, jedenfalls bilde ich mir ein, dass mehr ausfällt, wenn ich einen Tag nicht wasche.

Fazit: Seit ich weiß, dass ich meine HA- Rate durch häufigeres Waschen nicht mehr steigern, ist der Eiertanz mit dem "nur-alle-fünf-Tage-Haarewaschen" vorbei und ich fühl mich nicht mehr ganz so fies wegen der ungewaschenen Haare. Außerdem massiere ich täglich die Kopfhaut, und ich glaube, sie mag das.

Und an den ganz guten Tagen- davon gibts leider nicht viele- BÜRSTE ich die Haare sogar durch , ein richtiger Luxus, den vermutlich 95% der Frauen gar nicht als solchen wahrnehmen.

Alles Gute

Centella

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall
Posted by [Rose23](#) on Fri, 23 Jan 2009 07:43:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Cenetellita

Mich würde interessieren, wie das Produkt heißt, was du verwendest? Gibt es das in der Apotheke?

Lieben Gruß
Rose

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall
Posted by [Centellita](#) on Fri, 23 Jan 2009 10:02:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Rose,

ich sag Dir gerne, wie es heißt, und hoffe, niemand denkt, dass ich hier Werbung machen will oder so.

Dsa Shampoo ist von der Firma "Vicopura" und das gibts nirgendwo zu kaufen, nur im Internet zu bestellen. Ich habe erst das Shampoo genommen, später das ganze "6-Wochen-Programm". Da es wirklich teuer ist, würde ich mit dem Shampoo anfangen- ich nehme immer nur sehr wenig davon, daher komm ich ca. zwei Monate mit einer Flasche hin.

Liebe Grüße

Centella

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall
Posted by [Rose23](#) on Fri, 23 Jan 2009 12:21:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dankeschön

Hab's mir jetzt einfach mal bestellt. Bei dem Geld, was ich für meine Haare ausgegeben habe, ist das auch egal. Es wird dann nächste Woche ankommen...bin gespannt, wobei ich mir sicher bin, dass ein Shampoo allein nichts viel anrichtet...kennst du andere Leute, die mit diesen Pflegeprodukten Erfahrungen gemacht haben?

Alles Liebe + ein schönes WE !

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall
Posted by [Centellita](#) on Fri, 23 Jan 2009 12:28:25 GMT

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

Hi Rose,
ich kenne niemanden, der das Zeugs außer mir benutzt hat, allerdings sagte mir die Heilpraktikerin, die sich auf Haare bzw. HA spezialisiert hat, dass andere Patienten von ihr damit gut fahren. Ist natürlich nur Hörensagen. Umso mehr interessiert es mich, wie es Dir mit dem Shampoo geht, also schreib doch nach ner Weile mal einen Erfahrungsbericht!

Vielleicht hilft es ja ein bisschen- mit der Zeit wird man ja bescheiden und freut sich über jedes einzelne Haar, das NICHT ausfällt, oder?

Schönes WE auch Dir und allen sonst, die mitlesen.
Centella

Subject: Tipp fürs Basenbad
Posted by [Naya](#) on Tue, 27 Jan 2009 10:18:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Centellita schrieb am Don, 22 Januar 2009 21:54Hallo Rose,

Und die Basenbäder (leider das Günstigste an dem ganzen Spaß) sind super, man fühlt sich danach echt gut und die Haut wird schön.

Hallo,
als kleiner Tipp: Für Basenbäder eignet sich genauso gut ein Tütchen Kaisernatron aus dem Drogeriemarkt, kostet ein Bruchteil eines "offiziellen Basenbads".

Viele Grüße

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall
Posted by [Esther](#) on Tue, 27 Jan 2009 12:45:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

eine frage an die, die die basischen produkte von ihren heilpraktikern empfohlen bekamen:

vor ein paar jahren kamen ja produkte die ph hautneutral waren in verruf, den säureschutzmantel der haut zu zerstören. die haut ist ja generell leicht sauer um krankheitserreger im alkalischen milieu abzuwehren.
auf den markt kamen dann reihenweise ph-hautneutrale produkte, sprich leicht sauer.
wie erklären dann jetzt die heilpraktiker die positive wirkung basischer pflegeprodukte auf die haut? müssten die nicht auch den säureschutzmantel zerstören? oder sind oft so stark übersäuert, dass dadurch der normale ph wert der haut wieder hergestellt wird?

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall
Posted by [lavender](#) on Sun, 01 Feb 2009 10:52:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, ich denke ich habe eine Antwort auf die Frage.

Der entsäuernde Effekt der Basenprodukte kommt daher, dass tats. der Säureschutzmantel der Haut entfernt wird und der Körper dann Säure aus dem Körper nach außen bringt. Dadurch findet eine gewisse Entsäuerung statt. Ein gesunder Körper hält das aus, man sollte es nicht so oft machen.

Jentschura & Co. haben einen gigantischen Markt damit geschaffen. Sehr nüchtern und pragmatisch stellt das Prof. Jürgen Vormann auf seiner HP dar. Ich habe mir den Luxus gegönnt und mich 30 min. in einem Telefonat von ihm beraten lassen. Das Geld war gut angelegt. Schaut mal in die Forschungsberichte auf seiner Seite.

Es geht da zwar nicht direkt um HA, aber Prof. Vormann bestätigte mir, dass Probanden, wenn sie auf eine Säure-Basen-Balance achteten und zusätzlich basische Mittel nahmen (er empfiehlt Basica vital - relativ billig, 32 g pro Tag) u. a. über dichtere Haare berichteten. Ich finde die Seite sehr seriös. Er verkauft keine Produkte und forscht sehr intensiv. Seitdem esse ich extrem viel Obst, Gemüse und Salat, nehme Basica und warte ab (erst werden im Körper die Knochen aufgefüllt, dann kommt das Bindegewebe und der Haarboden dran - 6 Monate muss man rechnen bis man ein Ergebnis erwarten kann. Es gibt ein kleines Büchlein von ihm (Säure-Basen-Balance), in dem sehr viele Lebensmittel nach ihrem S/B-Gehalt untersucht sind. In diesem Buch wird mit vielen Mythen aufgeräumt, z. B. dass Kaffee oder Essig sauer seien. Vormann sagt, es kommt nur darauf an, ob für die Verstoffwechslung von Lebensmitteln im Darm aus dem Körper Mineralstoffe entzogen werden müssen oder ob Basenüberschüsse in den Körper abgegeben werden. Und da sind Gemüse, Salat, Obst erste Wahl. Und ein Glas Wein darf man am Abend auch trinken. Jentschura & Co. verdienen kein Geld mehr mit mir - dieser ganze alternative Gesundheitsmarkt ist oft auch sehr viel Abzocke.

Allerdings bin ich parallel jetzt auch in homöopath. Beh., da ich vermutlich auch Östrogen-Probleme habe.

Bei Fragen könnt Ihr Euch gerne an mich wenden.

Viele Grüße Lavender

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall
Posted by [nilufar](#) on Thu, 05 Feb 2009 15:37:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo,

wie und wo kann man denn testen ob man eine übersäuerung hat??

Ig

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall

Posted by [Rose23](#) on Fri, 06 Feb 2009 08:12:25 GMT

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

Hallo Centellita

Ich wollte mich noch mal bei dir bedanken! Das Shampoo habe ich bis jetzt ca. 4 x benutzt und bin sehr zufrieden!! Ich kann jetzt zwar nicht behaupten, dass mir weniger Haare ausfallen, jedoch fühlen sich die Haare danach sehr gut an und sehen (für meine Verhältnisse auch am 2. Tag noch gut aus). Zudem braucht man wirklich sehr sehr wenig, sodass es sicher lange hält!

Alles Liebe,

die Rose

Subject: Re: Übersäuerung und Haarausfall

Posted by [Esther](#) on Fri, 13 Feb 2009 10:18:31 GMT

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

Also viele Heilpraktiker machen das, oder du kaufst dir ein Buch zum Thema Übersäuerung und machst dann mit den Urinteststreifen aus der Apotheke einen Selbsttest.
