

---

Subject: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?  
Posted by [unwichtig](#) on Mon, 22 Aug 2011 21:44:49 GMT

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

---

Hallo,

Ich bin neu hier und hoffe, dass das Thema nicht schon existiert. Ich hab danach gesucht und nichts gefunden, deshalb mache ich mal ein neues Thema auf.

Kurz mal zu mir: Ich bin 28 und habe Haarausfall mit etwa 14 Jahren bekommen. Ich hatte mich damals aus familiären Gründen absolut geweigert, mich zu ernähren. Mit der Zeit als ich dann anfang, mich halbswegs normal zu ernähren, war der HA nicht mehr so schlimm und ich hatte noch recht schöne und volle Haare.

Vor ungefähr zwei Jahren hat der Spuk wieder angefangen. Ich hatte damals Minoxidil und Pantostin vom Hautarzt bekommen. Und weil es so schlimm gejackt hat, die Schuppen nicht mehr aus den Haaren zu waschen waren und die Lösungen auch noch viel zu teuer sind (ich bin Studentin und kann mir das nicht wirklich leisten), hatte ich es abgesetzt. Aber es hatte damals etwas geholfen, die Haare hatten auch angefangen, nachzuwachsen und ich dachte jetzt ist gut. Dann bekam ich noch die Pille von der Frauenärztin verschrieben (Bella Hexal, ist gut für Haut- und Haarproblemen) Alles in einem war alles in Ordnung und mein Haarausfall hielt sich in Grenzen. Ich konnte meine Haare wieder schön lange wachsen lassen und sie waren wunderschön. Zum Schluss reichten sie mir fast bis zur Taille. Das alles ist vorbei, ich habe seit ca. 2 Monaten extremen HA, alle meine Haare sind weg, besonders im vorderen Bereich. Ich kenne mich mit den Bezeichnungen nicht aus, hab mal versucht, mich hier etwas schaluer zu machen und hab desöfteren vom Haupthaar gelesen, vielleicht ist das. Jedenfall hab ich ganz vorne, oben am Kopf FAST keine Haare mehr. Ich weiss nicht mehr, wie ich meine Haare kämen soll. Ich nehme wieder seit der HA angefangen hat Regaine (morgens) und Pantostin (abends) und ausserdem noch Priorin.

Das Minoxidil hat mich am Anfang verrückt gemacht, ich bin wahnsinnig geworden, es hat gejackt, gebrannt, gekrebelt und die SCHUPPEN! mittlerweile geht es wieder, meine Kopfhaut kribbelt besonders vorne, wo ich keine Haare mehr habe. Ich habe meine Haare selbst ganz kurz geschnitten und traue mich nicht mehr, sie zu frisieren. Ich bin Südländerin und habe weder latte noch lockige Haare und habe sie normal immer mit dem Glätteisen gelättet. Jetzt traue ich mich das nicht mehr und kann sie nur noch waschen. Ich siehe aus, wie ein gerupftes Huhn. Da ich mir viele Gedanken gemacht habe, dachte ich muss einfach mehr essen (ich habe kein gesundes Verhältnis zum Essen). Das einzige, was das gebracht hat ist aber nur, dass ich davon zugenommen habe und noch hässlicher geworden bin. Ich weiss nicht mehr, was ich tun soll.

Ich habe eine Freundin, die auch aufgrund ihrer sehr ungesunden Lebensweise starken HA hatte. Sie hat vor ca. einem Jahr angefangen, Ling Zhi Tabletten zu nehmen. Sie bestellt sie im Internet und nimmt dadurch ab. Sie hat damit um die 10 Kilo innerhalb weniger Wochen abgenommen. Anfangs, als ich noch relative "gesunde" Haare hatte, wollte ich diese Tabletten auch nehmen, doch dann hatte ich mich dagegen entschieden, weil ich es nicht riskieren wollte, dass mir dadurch vielleicht die Haare wieder anfangen würden auszufallen. Mit der Zeit habe ich bemerkt, dass diese Freundin immer mehr und kräftigere Haare bekommen hat, was mich gewundert hat. Sie isst nichts (die Tabletten machen satt sagt sie).

Nun, da ich mir absolut nicht mehr zu helfen weiss, hab ich im Internet rumgesucht was die Wirkungen dieses Pilzes sein sollen. Es soll ein Wunderpilz sein, den die chinesen seit hunderten von Jahren als eine Art Wunderheiler nehmen. Unter anderem sollen sie auch den Haarwachstum fördern. Was ich ja auch bei meiner Freundin siehe.

Meine Frage ist jetzt: Hat jemand schon Erfahrungen damit gemacht oder kennt jemand, der diese Tabletten genommen hat und kann darüber berichten?

Dass man dadurch abnehmen kann, ist mir persönlich durch zwei Freundinnen bewiesen. Nur die Haare bin ich mir nicht sicher. Ich habe sie jetzt gebeten, die Tabletten auch für mich zu bestellen, weil ich hoffe, dass dadurch meine Haare wieder wachsen würde.

Kann mir jemand darüber berichten?

Und hatte vielleicht jemand Erfahrungen mit Priorin und Pantovigar? Der Apotheker hat mir gesagt, dass Pantovigar höher dosiert ist als Priorin und nun hab ich mir auch Pantovigar bestellt. Die sind zwar teurer als Priorin, aber ich will meine Haare zurück. Ich bin eine Frau und ich kenne keine Frau, die eine Glatze hat. Ich bin kurz davor, eine zu bekommen, wie bei einem Mann, der nur noch an den Seiten Haare hat. Ich hatte wirklich sehr sehr viele und dicke Haare. Nun hab ich vielleicht 20% von meinen Haaren und gut 80% sind ausgefallen  
Ich kann an nichts mehr denken, als an Haare. Ich schreibe gerade meine Abschlussarbeit, aber ich kann mich NULL konzentrieren, weil ich immerzu an Haare denke und was helfen könnte oder wie ich wohl ich ein paar Wochen / Monaten aussehen werde. Bitte hilft mir

---

Subject: Aw: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?

Posted by [unwichtig](#) on Wed, 24 Aug 2011 09:51:12 GMT

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

---

wow, unglaubliche 110 Mal gelesen und niemand schreibt was dazu...

---

Subject: Aw: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?

Posted by [Cora](#) on Wed, 24 Aug 2011 16:13:03 GMT

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

---

Ich schätze mal, es hat schlicht niemand Erfahrungen mit dem Zeug. Was soll man dann schreiben?

---

Subject: Aw: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?

Posted by [unwichtig](#) on Thu, 01 Sep 2011 14:35:07 GMT

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

---

Sooo, ich habe die Pillen heute bekommen und auch schon eine eingenommen.  
Man soll immer vor dem Frühstück eine nehmen und mein Frühstück sieht folgendermassen aus:  
direkt nach dem Aufwachen: 1 Tab. Thyronajod 50 mg

Halbe Std. später: 1 TL Schwarzkümmelöl  
halbe Std. später: 1 Tab Ferrosanol  
dann direkt danach 2 Tab. Priorin, 5 Bierhefetablet., 1 Tab. Haaraktiv (Merz, DM), und 1 Tab Kiesel-erde mit Magnesium, Biotin und Zink.

Tja, nachdem ich das ganze intus habe, bin ich mehr als nur satt, wann bitte schön soll das Frühstückchen kommen? Dann ist schon fast mittag, dann müssen die folgenden Portionen an Tabs auch schon folgen.

---

Subject: Aw: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?  
Posted by [Latisha](#) on Thu, 01 Sep 2011 14:47:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hast du das alles von einem Arzt verschrieben bekommen?

---

Subject: Aw: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?  
Posted by [unwichtig](#) on Thu, 01 Sep 2011 14:53:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe vom Hausarzt Thyronajod seit 2 oder 3 Jahren (Ich hatte darum betteln müssen, weil seiner Meinung nach alles grenzwertig sei) und Ferrosanol hab ich im Mai glaub ich verschrieben bekommen, hatte es aber nicht genommen, weil ich nicht auf die Haare geachtet hatte. Mir ging es widerlich schlecht, KONzentrationsschwierigkeiten, ständig kurz vor, m Umkippen und ständig müde, da meinte er aber auch ich müsste es nicht unbedingt nehmen und da ich dachte, die beeinflussen die Verdauung negativ (ich muss mittlerweile immer Abführmittel nehmen, sonst geht nichts), liess ich es sein. Jetzt nehme ich die seit ein paar Tagen.

Regaine und Pantostin vom Hautarzt Ende Juli und der Rest ist alles von mir selbst verschrieben

---

Subject: Aw: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?  
Posted by [Mimi17](#) on Thu, 01 Sep 2011 16:52:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,  
eigentlich hab ich mich ja auf's Lesen verlegt und schreibe - aus diversen Gründen - nicht mehr, ABER wenn Du Deinen NEM-Cocktail so nimmst, wie beschrieben, kannst Du die Ferrosanol auch gleich in den Müll werfen anstatt in den Hals.  
Bei Eiseneinnahme solltest Du 2 Std. vorher und 2 Std. nachher nichts essen und auch keine anderen NEMs außer Vit.C dazu nehmen. Zink behindert die Eisenaufnahme.

Vielleicht machst Du Dich hier mal schlau

<http://liebems.net/stichworte/interaktionen>

bevor Du Dich nachher wunderst, dass nichts besser wird. Viel Erfolg.

Grüße

Mimi

---

---

Subject: Aw: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?

Posted by [identity01](#) on Thu, 01 Sep 2011 17:45:03 GMT

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

---

hey

also ich habe das eisen immer gleich nach dem aufstehen in der früh auf nüchternen magen (das ist wichtig) mit einer vitaminC tablette getrunken.

mir wure vom arzt gesagt und auch in der apotheke bestätigt, dass ich nachher auch essen kann. vielleicht eine viertel stunde warten. das stört die eisenaufnahme nicht. nachdem ich meinen eisenwert von 13 auf über 50 gebracht habe (yaay ) kann ich das nur bestätigen: es funktioniert also tatsächlich ohne zwei stunden nachher warten .

das mit dem sesam: ich war mal bei einem tcm-arzt und der hat mir auch zu schwarzem sesam geraten und zwar abends. also könntest du das zb statt in der früh, am abend nehmen. ich machs nicht, hilft nämlich nicht bei hormonellbedingtem HA.

die restlichen sachen (also biotin etc.) nehme ich einfach zwischendurch in einer essenspause sozusagen.

lg

---

---

Subject: Aw: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?

Posted by [unwichtig](#) on Thu, 01 Sep 2011 21:05:01 GMT

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

---

danke euch für den Tipp,

aber dann hab ich eine Frage: Die Schilddrüsentabs müssen auch auf nüchternem magen genommen werden, wann also am besten was nehmen?

Vielleicht Eisen am abend 2 Stunden nach dem Essen und Schilddrüsentab am morgen, so werde ich das glaub ich machen

uffffffffffffffffffffffff

---

---

Subject: Aw: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?

Posted by [Mimi17](#) on Fri, 02 Sep 2011 05:48:24 GMT

---

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

---

Das ist eine sehr gute Idee  
Viel Erfolg.

Grüße  
Mimi

---

---

Subject: Aw: Ling Zhi (Pilz) gegen Haarausfall, Erfahrungen?  
Posted by [identity01](#) on Fri, 02 Sep 2011 06:54:12 GMT

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

---

finde ich auch eine gute idee

---