

---

Subject: Haar Vital von Abtei  
Posted by [Jadaa](#) on Wed, 10 May 2006 19:34:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bevor ein großes Gebrülle losgeht: NEIN, ich bilde mir nicht ein, daß Tabletten aus der Drogerie meinen Haarausfall beseitigen;) Aber ich würde gerne wissen, ob jemand insofern gute Erfahrungen mit dieser 30-Tage-Kur (oder verlängerter Kur) gemacht hat, als daß es die Haare gestärkt und gekräftigt hat. Zumindest die, die nicht gen Boden rieseln. Oder, ob es völlig sinnfrei ist, es zu verwenden oder sogar negative Resultate erzielt wurden.

Es enthält Vit b1, b2,b6,b12, nur 5mg Zink, pantothensäure, biotin, niacin, folsäure.

Kennt ihr irgendein anderes Mittel, was die Haare ein bisschen stärkt?

Liebe Grüße

---

---

Subject: Re: Haar Vital von Abtei  
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Wed, 10 May 2006 21:24:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hmmm... Ich kenne dieses Produkt an sich nicht, aber vielleicht kannst du da auch zu einem günstigeren greifen, was etwas breiter gestreut ist.

Das wäre "Zink plus" von Rossmann. Eine Dose mit 200 Kapseln kostet ca. EUR 6,00. Eine Kapsel enthält jeweils den Tagesbedarf an Biotin und den B-Vitaminen. Dazu kommen noch 5mg Zinkoxid, die du aufgrund der geringen Dosis und der Form, in der es vorliegt, ziemlich vergessen kannst. Dafür passt der Preis.

Ich nehme das nun seit sechs, sieben Monaten. Was es bringt? Keine Ahnung! Wenn du in mein Regimen schaust, wirst du sehen, dass ich gleichzeitig mit Fin angefangen habe und damit (oder mit oder trotz oder zusätzlich mit???) den anderen Produkten hatte ich einen guten Erfolg.

Grüße vom  
FrankfurtER

---

---

Subject: Re: Haar Vital von Abtei  
Posted by [Dogbert](#) on Wed, 10 May 2006 23:01:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wenn überhaupt:

3 bis 5 Tabletten "Vitamin B Komplex Forte" (sind 8 mg B6 pro Tabl.) überm Tag verteilt (sollte man eigentlich spätestens mittags genommen haben, sonst kann man vor lauter Träumen nicht mehr einschlafen) von Abtei

1 Kapsel nachmittag "Magnesium" von Abtei.

1 Tabl. abends "Zink+Histidin" von Taxofit.

---