

---

Subject: Wirkung von NEMs bei weiblichem Haarausfall

Posted by [anubis1](#) on Fri, 17 Jan 2020 22:14:46 GMT

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

---

Tag allerseits,

dachte einige von euch fänden diese Studie interessant.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25573272>

<https://www.prevention.com/beauty/a20434986/supplements-to-reverse-thinning-hair/>

Der zweite Link enthält auch Bilder.

Die Frauen bekamen täglich:

Fischöl: 460 mg

Johannisbeersamenöl: 460 mg

Vitamin E: 5 mg

Vitamin C: 30 mg

Lycopin: 1 mg

Laut der Studie aber kam der Großteil der Wirkung von den Fettsäuren (Fischöl und Johannisbeersamenöl).

Leider wurde die Studie nur bei Frauen mit Ludwig Stufe 1 Haarausfall durchgeführt.

Wäre interessant gewesen zu sehen, wie die Wirkung bei Frauen mit einer höheren Ludwig Stufe ist. :roll:

Als Ergänzung schadet's auf jeden Fall nicht. ;)

---