
Subject: Ernährungstipps

Posted by [jpo03](#) on Mon, 25 May 2009 10:46:28 GMT

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

Hallo,

ich würde gerne mein Arsenal gegen AGA zusätzlich mit Nahrungsergänzungsmitteln erweitern. Was könnt ihr mir da empfehlen?

Was könnte ich sonst so an Nahrungsmitteln zu mir nehmen um eine Verbesserung meines Haarzustandes, sprich mehr Dichte und Fülle, zu erlangen ?

Noch eine Frage: Kann Magnesiummangel eine Ursache für ein schlechtes Haarbild sein ?
Ich leide anscheinend an diesem Defizit , da ich häufig Krämpfe im Waden- und Fußbereich habe.

Danke für Eure Hilfe.
