

---

Subject: natürliche mittel gegen beginnenden haarausfall

Posted by [ramses](#) on Wed, 17 Aug 2011 12:47:27 GMT

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

---

hey leute,

ich hatte bereits als kind eine hohe stirn und ansatzweise geheimratsecken. die letzten monate musste ich mir allerdings eingestehn dass sich die GHEs nicht wenig erweitert haben und meine noch vor 2 jahren unglaublich voluminösen haare mittlerweile ziemlich dünn geworden sind. die haare im nahen gesichtsbereich sind sogar so dünn das man sie kaum sieht/fühlt.

ich habe mich nun in das forum eingelesen, weiß wie haarausfall läuft, aber habe immer noch nich so den überblick über all die evtl helfenden produkte..

ich würde das ganze zunächst auf "natürlicher" basis versuchen. habe von leinsamen, aminosäuren, mineralien und sägepalmdings gelesen, verstehe das aber nicht ganz. welche derartigen produkte lohnt es auszuprobieren?

ich nehme seit kurzem zink, bemerke nur verbesserungen der hautreinheit.

fände es super wenn ihr mir einfach eine liste von produkten/nahrungsergänzungen oä geben könntet, die ich ausprobieren kann.

bin offen für alles und würde für die rettung meiner mähne einiges in kauf nehmen^^

schon mal vielen dank

lg ramses