

---

Subject: was hilft gegen ausgedünnte schläfdreiecke?  
Posted by [eintrachtboy](#) on Mon, 03 Dec 2012 14:02:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hi leute,  
meine schläfdreiecke sind erkennbar ausgedünnt. richtig angefangen hat das erst als ich minox und crisan anti haarausfall system verwendet hab, wegen meiner AGA, aber ich vermute da keinen zusammenhang (ich schreib das nur der vollständigkeit halber damit ihr euch ein bild machen könnt). Hab durch gezielte suche im forum rausgefunden, dass Antioxidantien dem Problem Abhilfe schaffen können. Darum werd ich wohl Zink, Vit C, Vit E (evtl toco-8?) und fischöl (omega 3) zu mir nehmen, und vll zur ergänzung einen Vit B komplex. Welche Dosierung würdet ihr vorschlagen und evtl. welche ergänzungen ?

---