

---

Subject: tino nochmal bitte wg. seboc. + tips von anderen auch gern

Posted by [kkoo](#) on Mon, 22 May 2006 16:07:00 GMT

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

---

tino schrieb am Son, 21 Mai 2006 22:09

Glutathion und Glutathion-Peroxidase anregende wie z.b NAC und Selen,..und natürlich Vitamin E. Aber eigentlich alle.

Jede Form von oxidativem Stress, auch über eine mentale Schiene kann die Sebocyten beeinflussen.

Dh. zusammengefasst insbesondere:

- NAC, Selen, Vitamin E (...)
- SHBG sollte nicht zu niedrig sein, DHEA-S u. Adrostendion nicht zu hoch, plus evtl. DHT noch extra reduzieren
- evtl. noch Rezeptoren blockieren (z.b. durch spiro)
- sichern, dass keine ÜF der Schilddrüse vorliegt
- mentales Stressmanagement

nochwas?

---