
Subject: Finasterid Nebenwirkungen - Nahrungsergänzungsmittel Liste !

Posted by [krx](#) on Sun, 28 Apr 2013 14:20:51 GMT

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

Hallo zusammen.

Ich finde, etwas wirklich sinnvolles wäre es, eine aus Nahrungsergänzungsmitteln bestehende Liste zu formulieren, die die Nebenwirkungen von Fin egalisiert, oder auch das allgemeine Wohlbefinden steigert.

Ich fange hier gerne an, und bediene mich auch schonmal des Threads über mir(muira puama)

Liste mit NEM's:

Kognitive Fähigkeiten / Brainfog

- Noopept und Choline : <http://en.wikipedia.org/wiki/Noopept>
- Muira Puama : <http://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&goto=261632>

Libido/Potenz :

- L-Arginin und Pycnogenol <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/12851125>
 - L-Carnitin <http://aminosäure.org/erektil-dysfunktion/>
 - Zink als natürlicher Aromatase-Inhibitor
 - Muira Puama
- <http://www.potenzmittelguru.com/potenzmittel-rezeptfrei/muira-puama-potenzholz/#more-2316>
- Vitamin D 5000iU Durch Fin wird oft ein Vitamin D Mangel induziert.

Ihr dürft hier gerne ergänzen.

So far.

Falls jemand anhaltende Potenzprobleme nach Fin hat, wäre mein folgender Plan für eine zumindest Symptombehandlung folgendes :

- L-Arginin 5g täglich + 100mg Pycnogenol morgens.
 - 100mg Zink Abends
 - 20mg Noopept morgens.
 - 2,5 mg Cialis alle 3 Tage.
 - Vitamin D 5000iU täglich.
-