

---

Subject: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [Shlomo](#) on Sat, 23 Nov 2013 20:27:11 GMT

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

---

Hallo,

ich benutze jetzt seit einer Woche Ket-Shampoo, zu meiner Enttäuschung leider ohne Wirkung. Auf meinem Kopf, besonders im Tonsur Bereich brennt und juckt es entsetzlich. Wenn ich mir morgens die Haare mit Ket wasche, dann wird der Juckreiz für gerade einmal ein paar Stunden gelindert, dass selbe Ergebnis erziele ich auch mit stink normalem Baby-Shampoo. Auch fängt meine Kopfhaut schnell an zu fetten. Wenn ich abends mit dem Finger rübergehe, dann habe ich sofort einen richtigen Fettfilm darauf.

Braucht Ket so lange bis es wirkt? Ich habe sonst im Forum immer gelesen, dass das bei den meisten schon nach dem ersten Mal eine deutliche Besserung bringt. Ich habe jetzt schon viele Beiträge zu dem Thema gelesen, auch die Demodex Theorie. Leider habe ich jedoch nur äußerst wenig Lösungsansätze finden können, wenn Ket mal nicht wirkt.

Hat jemand ähnliche Erfahrungen gemacht und kennt vielleicht Alternativen zu Ket?

Ich hatte mir sonst überlegt wie folgt vorzugehen:

1. Teebaumöl - Soll ja nicht nur eine antiandrogene Wirkung haben, sondern auch Demodex Milben töten.
2. Anti-Entzündungs-Diät - Also auf Zucker verzichten, viel Obst, weniger getreide Produkte
3. Omega-3 Fettsäuren - Sollen ja auch gegen Entzündungen wirken
4. Haare nicht anfassen...
5. Nicht dran denken...

Besonders die beiden letzten Punkte scheinen auf jeden Fall die Symptome zu lindern. Klingt das nach einem guten Plan? Hat jemand noch Ergänzungen oder kann wie gesagt vielleicht sogar aus eigener Erfahrung sprechen?

---