
Subject: Kieselsäure, Biotin, R-ALA und Ket-Shampoo?
Posted by [OnkelDonald](#) on Tue, 11 Feb 2014 23:15:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,
ich will jetzt auch mal mit NEM anfangen und zudem so oft wie möglich/sinnvoll ein Ket-Shampoo verwenden. Mein Haarstatus insgesamt sieht ziemlich schlecht aus, und ich glaube, da ist nicht NUR die AGA der Hauptgrund.

Nachdem ich hier ein bisschen gelesen habe, werde ich mir wohl billig von DM Präparate für Zink, Eisen und Folsäure holen.

Darüberhinaus möchte ich aber auch Biotin, R-Alpha Liponsäure und Sikapur Gel ausprobieren. Kann jemand hierfür (und für Ket-Shampoo) gute Bezugsquellen nennen?

(Und ja, solange sich die Wirkungen nicht ausdrücklich gegenseitig neutralisieren, würde ich gern alles gleichzeitig probieren. Mein Hauptziel ist kurzfristig keine "Studie" für mich, was inwieweit bei mir anschlägt, sondern dass erst mal IRGENDWAS hilft, auch wenn ich am Ende nicht genau sagen kann, WAS im Regime es ist)

PS: "Außerdem" werde ich meinen Arzt mal auf Minox + Fin ansprechen. Als NW5 (Tonsur) hatte ich ja schon alle Hoffnungen aufgegeben, weil ich inzwischen Toupet trage, aber da ich dieses in letzter Zeit (viel Arbeit von zu Hause) mehr ab als drauf habe, kommen wohl demnächst auch topische Anwendungen in Frage.
