

---

Subject: ZMA Erfahrungen

Posted by [wonderwhy](#) on Sun, 16 Feb 2014 23:15:01 GMT

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

---

Hallo zusammen,

nimmt jemand von Euch regelmäßig ZMA?

Ich wollte es insbesondere im Hinblick auf eine bessere Regeneration bzw. tieferen Schlaf testen und frage mich, ob es ggf. negative/positive Wirkungen auf Haarausfall haben könnte?!

Viele Grüße

W

---