

---

Subject: Kombinationen, die man vermeiden sollte?

Posted by [OnkelDonald](#) on Tue, 18 Feb 2014 22:20:00 GMT

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

---

Da es ja sogar schon im Untertitel zu diesem Unterforum steht, dachte ich, ich frag mal nach den "üblichen Verdächtigen", was man (egal ob topisch, oral, transdermal, anal, phänomenal) nicht parallel in seinem Regime haben sollte.

Also, was macht keinen Sinn, hemmt sich gegenseitig, schwächt die Wirkung, führt zu Komplikationen? Kann man da von den bekanntesten Mitteln übliche zu vermeidende Kombinationen nennen?

Andere Stoffe wiederum könnte man parallel im Regime haben, sollte sie aber zeitversetzt nehmen, glaub ich. Welche sind das erfahrungsgemäß?

Andererseits gibt es ja sogar Mittel, wo empfohlen wird, sie gleichzeitig zu nehmen, z.B. hab ich das hier irgendwo über Minox + Ket gelesen, weil Ket die unerwünschten NW von Minox reduzieren soll. Auch zu solchen Kombinationen würde ich mich über Tipps freuen.

Meine aktuellen Favoriten als Einsteiger mit leider schon NW5, Anfang 30, sind Minox und Ket topisch, sowie Biotin, Zink, Sikapur, R-ALA oral. Da ich schon NW5 bin, wird ja auch u.a. RU, Dut oder Progy empfohlen. Bin da noch bisschen vorsichtig. Über Fin wollte ich dann mal mit meinem Arzt sprechen. Mir ist fast egal, WAS davon im Endeffekt wird, Hauptsache es wirkt. Daher würde ich theoretisch alles gleichzeitig nehmen - sofern es sich nicht gegenseitig kaputtmacht... bzw. jeweils z.B. mit 1-2 Wochen Abstand anfangen, um zu beobachten, ob ich beim gezielten Hinzunehmen eines der Produkte plötzlich eine Unverträglichkeit bekomme, denn wenn ich mit 5 Mitteln gleichzeitig starte und dann was davon NICHT vertrage, kann ich ja ewig suchen

---