
Subject: rootcause's Verlauf AGA

Posted by [rootcause](#) on Wed, 26 Feb 2014 12:48:00 GMT

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

Hallo,

nachdem ich jetzt schon paar Jahre hier mitlese und seit einigen Wochen aktiv beteilige will ich mich in diesem Thread vorstellen und meinen Verlauf dokumentieren.

Bin derzeit 25 Jahre.

Zum Verlauf:

GHE und langsamen Schwund an der Tonsur beobachte ich schon seitdem ich 18 bin (2006).

Habe das damals aber irgendwie übersehen.

06/2011 hat es mich dann wirklich gestört, und ich habe mich im jugendlichen Leichtsinn einer HT unterworfen. Ohne mich vorher genau zu informieren.

02/2012] habe ich begonnen meine Ernährung und meine Kosmetikprodukte umzustellen. Ich habe auf Natrukosmetik und basische/vegetarische Ernährung umgestellt. Ich habe auf

Mehl

Zucker

Zusatzstoffe

Kohlensäure &

Fleisch verzichtet. Ich habe sehr gute Erfahrungen damit gemacht. U.a. ging dadurch die Akne weg

ich fühlte mich viel vitaler

schwitzte weniger (und roch auch viel weniger)

und meine Verdauung hat sich auch sehr verbessert.

An den Haaren hatte ich lange das Gefühl da wären Vellushaare in den Ecken entstanden (sieht man auch auf den Bildern) leider kann man es nicht mit den Handybildern vor HT vergleiche da Qualität zu schlecht.

Ich ernähre mich bis heute so (nicht mehr ganz so streng allerdings) und auch die Kosmetikschiene habe ich beibehalten.

Dank dem HA habe ich zumindest mal generell angefangen auf die Gesundheit zu achten. Vorher habe ich mich wirklich sehr schlecht ernährt.

So und im Anhang der Verlauf in Bilder von 06/2011 - 12-2012

File Attachments

1) [Verlauf -2012-12.jpg](#), downloaded 2595 times

Juni 2011 vor HT



Juni 2011 nach HT



7 Tage nach HT

