

---

Subject: Frage zu Sikapur

Posted by [Pasta83](#) on Sat, 24 Jan 2015 15:38:13 GMT

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

---

Hallo,

im vergangenen Jahr war es so, dass schon nach ca. 4-wöchiger Einnahme von Sikapur Siliciumgel meine Haare auffallend kräftiger und dichter waren, jedoch leider nicht am Oberkopf, auch Neuwuchs stellte sich nicht ein. Aber schon etwa 4 Wochen nach Nicht-Einnahme von Sikapur war wieder der Ausgangszustand erreicht.

Das Siliciumgel in er Flasche hat für mich jedoch den Nachteil, dass es nicht sehr lange haltbar ist und die Einnahme finde ich auch nicht sonderlich praktikabel.

Heute stellte ich fest, dass es das Siliciumgel ja auch gekapselt gibt, siehe hier:

[http://sikapur.de/\\_templates/pdf/sikapur\\_kieselsoftgelkapsel.pdf](http://sikapur.de/_templates/pdf/sikapur_kieselsoftgelkapsel.pdf)

Außerdem ist da noch etwas Mangan, Zink, Selen und Biotin drin. Ich neige ohnehin aus diversen Gründen zu einem Mangel an Mn, Zn und Se. Biotin wollte ich eh mal wieder nehmen. Was meint ihr dazu, taugen die Kapseln auch oder sollte man beim Gel in der Flasche bleiben?

---