

---

Subject: Freie Radikale Urin-Test

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 21 Nov 2015 09:31:30 GMT

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

---

Laut Studien ist AGA eindeutig mit oxidativem Stress assoziiert.

Dieser entsteht hauptsächlich durch die Oxidation von ungesättigten Fettsäuren, aber auch anderen Abbauprodukten die durchs Erhitzen von Essen entstehen (der Mensch ist die einzige Spezies, die ihr Essen erhitzt!)

Es gibt jetzt Teststreifen für den Urin. Kosten nur 17,20 €.

Ich denke, man könnte die Teststreifen auch mit der Schere teilen, so dass sich daraus noch mehr Tests ergeben.

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/freie-radikale-check-urin-teststreifen-3x1-st-thomas-sa-wall-pzn-10847588.html>

Gemessen wird das Malondialdehyd, das ist ein Abbauprodukt der ungesättigten Fettsäuren. Dieser Wert war Bestandteil vieler Studien über oxidativen Stress, einschließlich AGA. Er scheint also Aussagekraft zu haben.

Senken kann man diese freien Radikale durch Antioxidantien. In diesem Fall aber NUR die Fettlöslichen wie Beta-Carotin, Vitamin E, vor allem aber Kräuter und Gewürze mit hohen ORAC-Werten.

Die stärkste antioxidative Wirkung soll die Kombination Gewürznelke + Thymian sein (laut einer Studie).

Aber auch andere Kräuter haben sehr gut abgeschnitten wie Lemongras, Bergamotte, Fenchel u.a.

---