

---

Subject: großer Selbsttest

Posted by [merkules](#) on Tue, 07 Mar 2017 20:17:44 GMT

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

---

Hallo Forum

ich planen einen großes Selbsttest, basierend auf natürlichen Produkten. Sofern dieser Erfolg bringt werde ich dies hier berichten. Es geht hier nicht darum zu diskutieren, ob diese Produkte hilfreich sind. Mir ist bewusst, dass die Wirkung des Großteils der Produkte nicht erwiesen ist oder begründet werden kann. Ich will es einfach durchziehen und schauen was passiert. Haare habe ich schon auf 2-3 mm geschnitten und kann damit leben, deswegen möchte ich auch nur diese Produkte verwenden um den Ausfall zu stoppen. Falls es nichts bringt ist es eben so, aber Minox, Fin, Ru oder was auch immer werde ich nicht nehmen. Zu verlieren habe ich also nichts, und diese natürlichen Produkte sind recht billig, also los geht's.

Folgende Sachen habe ich hier verfügbar und werde sie anwenden:

topisch:

Rizinus-,Rosmarin-,Pfefferminz-,Eukalyptus-,Lavendel-,Schwarzkümmel-,Argan- und Jojobaöl.

Kokosnussöl

1 bis 2 mal wöchentlich Zwiebel/Knoblauchsft. Mache ich schon seit 09.01.17

oral:

Rizinusöl - 2ml täglich

Leinsamen- 2 Esslöffel täglich

Fischölkapsel(Omega 3) - eine täglich

Ich überlege noch diverse Schüsslersalze (z.B. Silicea) dazuzunehmen.

dazu versuche ich täglich 4 Liter Wasser zu trinken. Mehlprodukte werden möglichst vermieden, also Kein Brot, keine Nudeln usw.

Meine Frage dazu: gibt es bei den oral einzunehmenden Produkten etwas zu verbessern, z.B. die Menge? oder auf Abstände zwischen der Einnahme der jeweiligen Produkte achten? werden sie zu bestimmten Tageszeiten, auf leeren oder vollen Magen oder in gewisser Kombination besser aufgenommen?

Zu den topischen Sachen: ich denke mal, die ätherischen Öle lassen sich gut mischen. Ich würde dabei die 3% Lösung mit SOFTASEPT herstellen und diese auftragen. Bei dem Argan-, Jojoba oder Kokosnussöl bin ich mir aber nicht sicher. Einfach mit den ätherischen Ölen mixen oder behindern sich diese Öle gegenseitig bei der Aufnahme durch die Haut? sollte ich

dann lieber eine Mischung aus den ätherischen Ölen + SOFTASEPT und eine aus den restlichen Ölen + SOFTASEPT herstellen? Ich würde dann morgens die eine, Abends die andere Mixtur auftragen.

Ich freue mich auf Anregungen und Verbesserungsvorschläge.

merkules

---