

---

Subject: Erblisch bedingter Haarausfall + Stress: kann Magnesium zusätzlich helfen?

Posted by [Martellus10](#) on Sun, 21 Jun 2020 16:20:09 GMT

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

---

Hallo, ich nehme derzeit 1 mg Fin am Tag und zwei Mal am Tag Minoxidil.

Zusätzlich werde ich noch Biotin, Zink und Sägepalmeextrakte nehmen und warte auf meine Amazon-Bestellung.

Ich habe seit Monaten großen privaten und beruflichen Stress. Denke, dass das den Haarausfall beschleunigt. Könnte hier daher Magnesium helfen? Magnesium soll ja den Cortisol-Spiegel senken, der für den Stress verantwortlich ist.

Könnte durch die Senkung des Cortisol-Spiegels auch erreicht werden, dass mir weniger Haare ausfallen?

---