

---

Subject: Weniger ist mehr? Ket und/oder Criniton im Wechsel oder nur eines davon?

Posted by [Nemeswiss](#) on Thu, 28 Jul 2022 01:12:25 GMT

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

---

Ursprünglich wollte ich nach folgendem Schema Ket und Criniton als Rinse-Off Lotion im Wechsel ca. 1-3h unter Folie anwenden:

Tag 1: Ket  
Tag 2: Criniton  
Tag 3: Ket  
Tag 4: Criniton  
Tag 5: Ket  
Tag 6: Criniton  
Tag 7: Ket  
usw.

Nun sieht es in der Realität aber so aus, dass ich es nur jeden 2. Tag schaffe etwas aufzutragen.

D.h. ich kann eine der untenstehenden Varianten wählen:

Variante 1:

Tag 1: Ket  
Tag 2: -  
Tag 3: Criniton  
Tag 4: -  
Tag 5: Ket  
Tag 6: -  
Tag 7: Criniton  
usw.

Variante 2:

Tag 1: Ket  
Tag 2: -  
Tag 3: Ket  
Tag 4: -  
Tag 5: Ket  
Tag 6: -  
Tag 7: Ket  
usw.

Variante 3:

Tag 1: Criniton  
Tag 2: -

Tag 3: Criniton  
Tag 4: -  
Tag 5: Criniton  
Tag 6: -  
Tag 7: Criniton  
usw.

Momentan verfolge ich Variante 1, frage mich aber ob Variante 2 oder 3 vorteilhafter wären?  
Der Grund könnte sein, weil derselbe Wirkstoff öfters seine Wirkung entfalten kann, da in Variante 1 Ket und Criniton jeweils nur alle 4 Tage meine Kopfhaut benetzen, was zu wenig sein könnte.

Wenn es denn Variante 2 oder 3 sein soll, wäre Ket nach neustem Erkenntnisstand weiterhin zu bevorzugen oder sollte es heute besser Criniton sein?

Bin gespannt auf eure Meinung und würde mich auch über ein Feedback von Grossmeister @pilos freuen. :)

---