

---

Subject: Sägepalme Einnahmedosierung

Posted by [Kerl1979](#) on Thu, 12 Jan 2006 14:15:04 GMT

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

---

Hallo liebe Mitleidende,

leider habe ich nirgendwo eine Dosierempfehlung für Sägepalme (Saw-Palmetto) gefunden. Laut Hersteller (USA) soll bei einem reinen Prostataleiden 4 mal täglich 500mg eingenommen werden. Andere Anbieter (Deutschland) bieten hingegen nur Kapseln mit 160mg an, die man sich 2 mal täglich verabreichen soll. Wie verhält sich dies im Bezug auf den Haarausfall? Hat jemand von Euch Erfahrungswerte bezüglich der Dosierung? Ich würde mich sehr über Eure Antworten freuen.

Vielen Dank

---