
Subject: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Foxi](#) on Fri, 10 Feb 2006 08:14:56 GMT

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

Ist zwar nicht viel und eigentlich bekannt
aber die Antwort Langfristig geht mit all den Mitteln
eh alles den Bach runter hat mich doch etwas verwundert!
In meinen Augen hat er aber Recht!
Bei mir geht's ja trotz all den Mitteln langsam aber sicher
Richtung Platte! Jüngere können aufschieben und Neue Haare züchten aber mit dem älter
werden denk ich hilft dann das
auch nicht mehr ! Irgendwann wirkt eventuell nix mehr!
Außer es gibt bis dahin was Neues Schlagkräftiges!

Foxi

Sehr geehrter Herr XXXXXX,

Melatonin ist ein auch in hohen Dosen gut verträgliches Hormon. Da jedoch
Langzeitstudien auch mit geringen Mengen fehlen, solltes es nur unter
ärztlicher Kontrolle und regelmäßiger Bestimmung des Melatoninspiegels z.B
im Urin auf Dauer eingenommen werden. Es macht auch nur Sinn, wenn der
Melatoninspiegel unter der Norm gemessen wird.

Melatonin ist kein Schlafhormon auch wenn ihm schlaffördernde Eigenschaften
nachgesagt werden. Es ist ein starkes Antioxidans d.h. es unterstützt
entzündungshemmende Vorgänge im Immunsystem.

Melatonin ist kein Haarwuchsmittel und kann allenfalls Entzündungen der
Haarwurzel hemmen und somit indirekt das Haar schützen.
Wenn Sie an einem erbbedingtem Haarverlust leiden wird das langfristig auch
mit Propezia oder Minoxidil nicht aufzuhalten sein. Beide Substanzen haben
nicht unerhebliche Nebenwirkungen. Das sollten Sie mit dem behandelndem Arzt
besprechen.

mit freundlichen Grüßen
Dr. J. XXXXXXXX

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tvtotalfan](#) on Fri, 10 Feb 2006 09:05:53 GMT

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

Foxi Du hast vielleicht Recht. Im höheren Alter wirken die Dinge erwiesenermaßen nicht mehr
so gut als bei jüngeren, aber trotzdem bist Du in meinen AÜgen einfach grundsätzlich zu
voreilig. Das ist nämlich auch wieder individuell verschieden.

Bin ja jetzt auch schon ein paar Monate auf dem Board unterwegs und wir kennen uns dadurch ja

schon etwas besser um sowas behaupten zu können.

Was der Arzt über Melatonin schreibt ist ja auch absolut ok. Er kann und darf eben nur das schreiben was Fakt ist - auch damit er dadurch später keinen Ärger bekommt. Vielleicht nimmt er es ja selbst und darf rein gesetzlich einfach solche Tipps nicht weitergeben ! Hatte neulich Kontakt zu einem Arzt übers Internet, der meinte er würde so gerne manchen von seinen Patienten Melatonin und DHEA empfehlen (ok, DHEA gehört hier nicht ins HA-Forum...) aber er darf es nicht. Ein Kollege von ihm wurde über Wochen übers Telefon abgehört, dann hat die Kripo Büro und sein komplettes Haus durchsucht, er war mehrere Tage in Untersuchungshaft - warum ?? Weil er Melatonin und DHEA seinen Patienten unterm Ladentisch zugeschoben hat. Man denke an Sigmund Freud, der seinen Besten Freunden Kokain im Brief schickte damit die sich besser konzentrieren konnten..., klar war das sein Fehler, aber mit Melatonin verglichen sehe ich das überhaupt nicht so schlimm, schließlich gibts das in den Staaten schon seit 1997 an jeder Straßenecke billig zu kaufen. Melatonin ist so extrem nützlich und zugleich harmlos im Körper dass sogar eine wiederum harmlose Aspirin seinen Weg blockieren kann ! Nehme es nun seit 3 Wochen und finde es absolut himmelhochjauchzend. Nicht überdosierte, immer 1,5mg pro Tag in letzter Zeit, nur Anfangs 3mg.

Und wenn der Arzt schreibt man sollte sich nebenher den Melatonin-Spiegel kontrollieren lassen und dass es nur sinnvoll ist wenn man einen Mangel hat - klaro, ist doch auch wieder wahr. Foxi Du als viele Jahre arbeitender Schichtarbeiter mit Mitte 40 - da muss ich Dich nicht mal gesehen haben um Dir zu 90% einen Melatonin-Mangel zu unterstellen.

Leute die den ganzen Tag vor dem PC sitzen, Leute über 25, Leute mit viel Stress, mit Schlafstörungen..., die sollten zur Sicherheit alle mal ihren Melatonin-Spiegel überprüfen lassen.

Kopf hoch Foxi ! Das hat sicherlich alles auch viel mit Psyche zu tun...

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 10 Feb 2006 09:09:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Leute die den ganzen Tag vor dem PC sitzen

?

bzw. hast du deinen messen lassen ?

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Foxi](#) on Fri, 10 Feb 2006 09:32:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@tvtotalfan

Bei Melatonin bin ich eigentlich sehr Positiv eingestellt!!
Hauptsächlich meine ich damit eher Fin und Minox mit Langfristig
unwirksam werden!

Mir geht es seit Melatonin Spürbar besser!
Müdigkeitsanfälle unterm Tag überhaupt nicht mehr!
Die Gesichtshaut Gesünder irgendwie bräunlicher-rötlicher

Jetzt muß ich noch mit dem Rauchen aufhören das ist mein
nächstes Ziel!

Übrigens du willst, oder hast ja auch aufgehört oder?
oder schon wieder Rückfällig geworden?

Foxi

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tino](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:10:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Na ja so ganz schlau ist er nicht...

Ich mag Anti Aging Ärzte,..und gerade deshalb finde ich es schlimm wenn sie solche
Halbweisheiten verbreiten.

Zitat:Melatonin ist ein auch in hohen Dosen gut verträgliches Hormon. Da jedoch
Langzeitstudien auch mit geringen Mengen fehlen, solltes es nur unter
ärztlicher Kontrolle und regelmäßiger Bestimmung des Melatoninspiegels z.B
im Urin auf Dauer eingenommen werden. Es macht auch nur Sinn, wenn der
Melatoninspiegel unter der Norm gemessen wird.

Es gibt schon Studien die nahe an der Bezeichnung Langzeitstudie sind.Wer international und
vorurteilsfrei recherchieren kann,der weiss das!Desweiteren sollte bedacht werden,das Melatonin
in den Staaten den grössten freien Feldversuch aller Zeiten sicher überstanden hat!Eine
Substitution bringt auch was bei "normwertigen" Melatoninspiegeln,denn dieses Hormon,der
Regler aller Regler baut altersbedingt ab,und dies hat zu Folge das sich die Intensität des REM
Schlafs verschlechtert,in welchem wichtige antioxidative Enzyme,und vorallem das hochgeradig
antiapoptotische Wachstumshormon,gebildet werden.Der altersabhängige REM Schlaf,bzw

seine Intensität, korreliert nachweislich mit dem Abbau des Wachstumshormons. Um nochmal auf "Melatoninspiegel unter der Norm" zurückzukommen, im Prinzip gibt es keine Normwerte! Alles ist individuell, ... auch der Bedarf an Melatonin. Ja, der Spiegel sollte, bzw kann regelmässig gemessen werden.

Zitat: Melatonin ist kein Schlafhormon auch wenn ihm schlaffördernde Eigenschaften nachgesagt werden. Es ist ein starkes Antioxidans d.h. es unterstützt entzündungshemmende Vorgänge im Immunsystem.

Ja richtig, aber die Bildung der antioxidativen Enzyme (GPX und SODase), findet hauptsächlich in der Melatonin-induzierten Tiefschlafphase statt.

Zitat: Melatonin ist kein Haarwuchsmittel und kann allenfalls Entzündungen der Haarwurzel hemmen und somit indirekt das Haar schützen.

Wenn Sie an einem erbbedingtem Haarverlust leiden wird das langfristig auch mit Propecia oder Minoxidil nicht aufzuhalten sein. Beide Substanzen haben nicht unerhebliche Nebenwirkungen. Das sollten Sie mit dem behandelnden Arzt besprechen.

Ab hier sollte der Herr Dr besser mal meine Seite lesen, denn was die Wirkung bei Haarerkrankungen angeht, so ist sie schon ein wenig komplexer als wenn es einfach nur um einen antiinflammatorischen Effekt gehen würde, obwohl dieser ja tatsächlich am Ende der Kausale steht. Jedoch kommt er nur zustande weil die Substitution des vielseitigen Reglers Melatonin, eine ganze Reihe haarwuchsfördernder Peptide und Enzyme (z.B IGF-1, Catalase, SODase und GPX) positiv regelt. Ein messbarer Effekt stellt sich jedoch erst nach mehreren Monaten ein. Im Prinzip schützt Melatonin direkt, und nicht indirekt das Haar, da das Abfangen der ROS, ein direkter Angriff am Ende der Androgen und Multifaktorell induzierten apoptotischen Kausale im Rahmen einer AGA darstellt. Natürlich macht es nur im Rahmen einer Synergiebehandlung Sinn, bzw es funktioniert nur zufriedenstellend wenn man an allen Triggern der Alopezie, extrinsisch wie intrinsischer Natur ansetzt. Nur so kann ein Wirkstoff sein Schalten und Walten entfalten, ohne den störenden Einflüssen des anderen ausgesetzt zu sein. Dann klappt das auch auf Dauer!

Was die Nebenwirkung der vom Dr benannten Medikamente betrifft, so scheint er zu vergessen, das eine Propecia induzierte DHT Abminderung, im Rahmen eines Androgenrezeptor-CAG-Repeat-Polymorphismus, lebensverlängernd für das betroffene Individuum sein kann, da der DHT mediierte dauerhaft induzierte, Androgen induzierte oxidative Zellstress über den Androgenrezeptor, die Vergreisung der Endothelzellen, den Alterungsprozess an sich, und den Ausbruch kardiovaskulärer Erkrankungen triggert! Sich und anderen eine Glatze als kosmetische Lapalie schönreden ist ein wenig fahrlässig! Aber nicht jeder Arzt kennt sich da so weit aus das er das Abwägen kann. Leider denken sogar viele Ärzte, Mann, Hormon oder Antihormon, oh Gott oh Gott, Nebenwirkungen.

Was Minoxidil betrifft, so ist es als völlig harmloser Vasodilator einzustufen.

Zeig das bitte dem Arzt Foxi,oder gib mir seine Daten,ich möchte ihn anschreiben.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox

Posted by [tino](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:12:38 GMT

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

"Die Gesichtshaut Gesünder irgendwie bräunlicher-rötlicher"

Ja ist bei mir auch so,..rottere Backen,und gesündere Farbe an sich.Dann wirkt es antioxidativ,denn bei prooxidativem Wirken würde es bleich machen.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox

Posted by [tino](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:15:03 GMT

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

"Leute die den ganzen Tag vor dem PC sitzen"

Das ist wahr,..der Bildschirm hemmt die Melatoninsynthese.Ich bin auch überzeugt davon das Bildschirmarbeit HA machen kann.Das sie Dermatosen auslösen kann,wurde im Rahmen einer riesengrossen Studie belegt.M.E funktioniert das nur über vermindertes Melatonin.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox

Posted by [frühaufsteher78](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:26:39 GMT

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

Tino, du hast eine PN.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox

Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:28:00 GMT

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

"Das ist wahr,..der Bildschirm hemmt die Melatoninsynthese."

Wie kann denn das sein ? Ah, über die Zirbeldrüse? Der Versuch war aber "nur" an Ratten, oder? Wieviel Stunden würdest du als schädlich einstufen ? In Bezug zu HA gibt es dazu aber nichts, oder? thx..

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox

Posted by [tino](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:41:49 GMT

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

"Wie kann denn das sein ? Ah, über die Zirbeldrüse? Der Versuch war aber "nur" an Ratten, oder? Wieviel Stunden würdest du als schädlich einstufen ? In Bezug zu HA gibt es dazu aber nichts, oder? thx.. "

Die Studie mit den Dermatosen war an Menschen,..an office workern.Eine weitere Studie an Jugendlichen hat gezeigt,das Unterhaltungsgeräte mit Bildschirmen das Einsetzen der Pubertät focieren-die Autoren gehen von einer verminderten Zirbeldrüsenaktivität durch die Monitorstrahlung aus.Dann wähen da noch viele Studien am Menschen die zeigen,das Magnetfelder die Zirbeldrüsenaktivität hemmen.

Studien an Mäusen dessen bz sind mir nicht bekannt.

Ich denke das jede Stunde PC Arbeit potentiell schädlich ist,..man sollte in jedem Fall unabhängig von der Dauer etwas tun.

Nee bz HA hat sich noch keiner die Mühe gemacht das zu untersuchen.Die grossen Experten bereiten die Wissenschaft gerade behutsam auf den Zusammenhang Melatonin u Haarwuchs vor.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox

Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:48:27 GMT

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

jepp..

zu den Mäusen: Gross, Werner: "Elektrosmog - Die alltägliche Strahlenbelastung", NDR4, 1992 - da kam es zu einer 50% Melatoninsenkung bei Mäusen, wie seriös das ist, weiss ich nicht...

danke für info

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox

Posted by [tino](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:50:41 GMT

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

Ich erinnere mich gerade das es auch aktuelle Mäusestudien gibt,wo Melatonin erfolgreich Handystrahlenbelastung korrigiert hat.Ich glaube die gab es auch am Menschen,..ich guck gerade mal.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Gast](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:50:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Fre, 10 Februar 2006 15:41

Studien an Mäusen dessen bz sind mir nicht bekannt.

womit noch nicht gesagt ist, dass mäuse von zuviel bildschirmarbeit nicht HA kriegen ...

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:52:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bzw. bei der mäusestudie wurden die mäuse mit dem doppelten des erdmagnetfeldes belastet,
also hast du wohl völlig recht

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tvtotalfan](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:52:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

glockenspiel schrieb am Fre, 10 Februar 2006 10:09Zitat:Leute die den ganzen Tag vor dem PC
sitzen

?

bzw. hast du deinen messen lassen ?

Ich sitz ja nicht den ganzen Tag am PC, durchschnittlich vielleicht 2h, pc ist aber rund um die Uhr
an.

Meinen Spiegel hab ich nicht messen lassen, aber alleine die Wirkung von Melatonin ist genial, super schlafen und wenn ich morgens aufwache bin ich innerhalb von wenigen Sekunden topfit und komischerweise brauch ich nicht mehr so viel schlaf wie vorher.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:53:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sancho

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 10 Feb 2006 14:56:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich wollte damit auch nicht sagen, dass du das tust..

ich zB sitze im mom extrem viel vorm pc, alleine auch wegen der lernerei...zach

freut mich, dass es dir gut damit geht!

Subject: Re: von Mäusen und Menschen..
Posted by [tino](#) on Fri, 10 Feb 2006 15:00:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=16317515&q_ery_hl=3&itool=pubmed_docsum

Maus

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=16132682&q_ery_hl=3&itool=pubmed_docsum

Maus

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=15950073&q_ery_hl=3&itool=pubmed_docsum

Maus

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=15941010&q_ery_hl=3&itool=pubmed_docsum

Maus

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve∓db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=15886623&query_hl=3&itool=pubmed_docsum

Maus

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve∓db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=15729859&query_hl=3&itool=pubmed_docsum

Mensch

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve∓db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=12456290&query_hl=3&itool=pubmed_docsum

Subject: Re: von Mäusen und Menschen..
Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 10 Feb 2006 15:02:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

genial...danke

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [chrisan](#) on Fri, 10 Feb 2006 17:28:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenn es doch "nur" die Melatonin-Senkung wäre - die Auswirkungen von Elektrosmog auf unsere Gesundheit wird gerne/bewußt unterschätzt:
http://www.wissenschaft-unzensiert.de/ele1_2.htm

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tino](#) on Fri, 10 Feb 2006 17:47:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vieles was dort beschrieben wird,läuft über die Melatoninsenkung.

Zitat:Im Schlaf-EEG gab es Verkürzungen der REM-Phase.“

Die gesundheitsgefährdende Verkürzung der REM Phase ist z.b ein Resultat des absinkenden Melatonins.

Prof. Dr. Vittorio Colletti, Dir. der HNO-Klinik, Verona: “ Schon ein 2-minütiges Handy-Gespäch stresst den Hörnerv stark. Es dauert 8 Minuten, bis der Hörnerv die Ausgangspotentiale vor dem Gespräch wieder erreicht hat.“

Auch Schäden der Hörvorgänge sind oft nachweislich Melatoninmangel-induziert, Tinnitus z.B.

Institut, Hannover: „Beeinträchtigungen des Immunsystems sind vielfach nachgewiesen. Es ist nicht auszuschließen, dass die Mobilfunkfelder krebsfördernde Wirkung haben, also dass Krebs sich im Einfluss der Felder schneller entwickelt und fataler verläuft als normalerweise. Es wurde nachgewiesen, dass vermehrt Stresshormone ausgeschüttet werden mit allen Konsequenzen, die das haben kann. Es gibt Störungen vieler Zellfunktionen, was besonders bedenklich stimmt. Die Auswirkung, die das alles auf den Organismus hat, können wir noch gar nicht abschätzen.“

Stresshormone könnten über separate Mechanismen ausgeschüttet werden, Krebs kann direkt durch Melatoninmangel entstehen. Störungen der Zellfunktion werden ebenso über die Verminderung der multimultiplen Melatoninwirkung verursacht. Melatonin regelt fast alles im Organismus, ..es wird leider immer noch granduell unterschätzt.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [chrisan](#) on Fri, 10 Feb 2006 18:20:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

_____ Auch Schäden der Hörvorgänge sind oft nachweislich
Melatoninmangel-induziert, Tinnitus z.B. _____

Endlich jemand, der die Auswirkungen auch kritisch betrachtet !!!
Mann wird ja regelrecht belächelt, wenn man Befürchtungen in die Richtung äußert ...

Mit anderen Worten ich könnte meinen Tinnitus durch Melatonin-Zugabe mildern? Habe nämlich seit 5 Jahren ein permanentes fieses Ohrgeräusch - genau gesagt seitdem sie auf dem Haus gegenüber ein paar Sendemasten aufgestellt haben und ich berufsbedingt ca. 10 Stunden täglich am Rechner sitzen muss ... vom Haarstatus ganz zu schweigen

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tino](#) on Fri, 10 Feb 2006 18:31:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"Mit anderen Worten ich könnte meinen Tinnitus durch Melatonin-Zugabe mildern?"

Das geht mit Melatonin, und auch mit anderen Antioxidanten wie z.B. NAC. Wenn das durch

Sendemasten und PC Arbeit verursacht wurde,dann liegt es am ehjsten an einer gestörten Melatonin synthese.Ich hatte das in meinen 20 ein paar mal,und zwar durchs durchzechen.Damals wusste ich nicht das durchzechen die antioxidativen Enzyme schwächt.

Pub Med:Tinnitus AND Melatonin,oder Tinnitus AND oxidative Stress.Ein Herr namens Mic hat etwas sehr interessantes zu Tinnitus und Glutamin Angonisten ins Hashiforum geschrieben.

Mann wird ja regelrecht belächelt, wenn man Befürchtungen in die Richtung äußert ..."

Die haben alle keinen Plan,..die armen Kreaturen...

Gott sei ihnen gnädig..

"

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox

Posted by [tino](#) on Fri, 10 Feb 2006 18:33:25 GMT

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

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=16455366&query_hl=18&itool=pubmed_docsum

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/entrez/query.fcgi?cmd=Retrieve&db=pubmed&dopt=Abstract&list_uids=9504599&query_hl=18&itool=pubmed_docsum

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox

Posted by [chrisan](#) on Fri, 10 Feb 2006 19:37:19 GMT

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

_____ Pub Med:Tinnitus AND Melatonin,oder Tinnitus AND oxidative Stress.Ein Herr namens Mic hat etwas sehr interessantes zu Tinnitus und Glutamin Angonisten ins Hashiforum geschrieben._____

Danke Tino für den Hinweis! Werde da mal reinschauen ... bin wirklich dankbar für j e d e n Tipp in die Richtung!

_____ Die haben alle keinen Plan,..die armen Kreaturen...

Gott sei ihnen gnädig.._____

So ist das - was ich nicht sehe, kann mir nichts anhaben ... es gibt so vieles momentan/heute, wo

vor viele die Augen verschließen (nicht nur die Augen natürlich - siehe die drei Affen). Gehe mal mit einem Tinnitus zum HNO-Arzt: Da wirst Du garantiert auf ein Knall-Trauma untersucht ... hier ein Leserbrief, den ich schon vor ca. 2 Jahren an den Spiegel geschrieben habe (dieser wurde natürlich nicht gedruckt):

Bei der Aufzählung der Ursachen, die einen Tinnitus auslösen können, haben sie eine Risiko-Quelle vergessen: die gepulste Strahlung, die von Handys ausgeht. Vermehrt haben HNO-Ärzte nicht nur generell einen Zulauf an Patienten mit einem vorläufigen oder chronischem Ohrgeräusch in ihren Praxen festgestellt, diese werden auch zunehmend immer jünger. Einige von ihnen haben noch keinen Diskotheken-o. Konzert-Besuch hinter sich, so dass eine Reizung des Hörnervs durch Lärm nicht in Frage kommt. Oft trat eine Besserung der Symptome auf, wenn das Handy ein paar Wochen in die Ecke gelegt wurde.

Deshalb sehen kritischen Ärzte einen Zusammenhang zwischen der Nutzung der begehrten Spielzeuge und dem lästigen Ohrgeräusch. Im Zuge der Einführung von UMTS werden die Handys gerade bei den jüngeren Zielgruppen an Beliebtheit gewinnen. Aufgrund der benötigten höheren Datenmengen, die versendet werden können, werden diese aber auch mehr strahlen.

Strahlung, die aus schnurlosen Festnetz-Geräten mit DECT-Technologie ausgeht und auch die der Mobilfunk-Sendemasten, die immer öfter auch in Wohngebiete und in der Nähe von Schulen aufgestellt werden, sollen auch einen Tinnitus auslösen können.

Leider wird über die neue Problematik nicht berichtet, schließlich geht es um das Milliarden-Geschäft der Mobilfunk-Betreiber. Im Gegenteil: die Grenzwerte werden hier in Deutschland im Vergleich zu unseren Nachbarländer unermäßig hoch gehalten und Warnungen von Wissenschaftlern werden bagatellisiert. Solange keine Information in diese Richtung fließt, werden immer mehr Menschen u.a. an Tinnitus erkranken und dieser könnte sich zu einer neuen Zivilisationskrankheit entwickeln.

In diesem Sinne eine angenehme Nachtruhe ... Gruß

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Figaro03](#) on Sat, 11 Feb 2006 21:18:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Tino,
ab welchem Alter wäre es deiner Meinung nach sinnvoll, Melatonin zu sich zu nehmen?

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tino](#) on Sat, 11 Feb 2006 21:32:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Tja es kommt nicht so aufs Alter an, sondern auf Melatoninspiegel und Lebensweise. Ab 30 sollte es fast jeder nehmen,..natürlich immer die individuelle Dosis ermitteln.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Figaro03](#) on Sat, 11 Feb 2006 21:44:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also sollte man es beim Arzt ermitteln lassen, und dann schauen?
Aber heißt soviel wie: WEnn man genug davon hat, dann braucht man es auch nicht?
Oder hilft es grundsätzlich immer?

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tino](#) on Sat, 11 Feb 2006 22:06:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"WEnn man genug davon hat, dann braucht man es auch nicht?"

Wenn man einen pubertären Level hat,dann braucht man nichts.Ht man nur bischen weniger,..dann sehr geringe Dosen.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Figaro03](#) on Sat, 11 Feb 2006 22:15:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:"WEnn man genug davon hat, dann braucht man es auch nicht?"

Wenn man einen pubertären Level hat,dann braucht man nichts.Ht man nur bischen weniger,..dann sehr geringe Dosen.
Okay danke!

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Foxi](#) on Mon, 13 Feb 2006 16:28:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Intresant Sehstörungen-Hautrötungen!

Wie ich schon ein paar mal erwähnt habe braun-rotes Gesicht
fast schon wie Sonnenbrand!
Die Sehstörung von heute war so ähnlich wie Netzhautablösung
ständig flimmerten die Augen und war so als ob ich was in den Augen hätte so komisch
schlierig!
Also könnte es doch von Melatonin kommen und nicht von Minox!
hab ja einige Zeit vorher mit Minox angefangen da hatte ich das nicht!
Auszug von unten zu:

Tryptophan-Tragödie Tryptophan soll ja ne Vorsufe von Melatonin sein soviel ich weis!
Eosinophilie-Myalgie-Syndrom
<http://www.stmugv.bayern.de/de/gentech/chancen/ant13.htm>

Foxi

Melatonin

Warnung für an Prostatahypertrophie leidende weil Melatonin die Krebsgefahr erhöhen kann.

Beobachtete unerwünschte Wirkungen: Hypothermie, Schläfrigkeit-Benommenheit am Tage, verlängerte Reaktionszeit, Hautrötungen, Bauchkrämpfe, Sehstörungen, Kopfschmerzen (ähnlich der Migräne) und Durchfälle. Der Zeitpunkt der Melatoningaben zur Phasenlage, Dosierung, sowie Leber- und Nierenfunktion sind wichtig. In den USA ist Melatonin als Nichtpharmakon zugelassen und wird teilweise mit Benzodiazepinen zusammen in Tablettenform angeboten. Die genaue Dosis ist dort nicht immer genau erkennbar. In der Vergangenheit wurde nichtsynthetisches Melatonin aus Rinderepiphysen verwandt. In Europa scheint nur synthetisches (sicher BSE -freies) Melatonin verkauft zu werden.

Wer sollte Melatonin nicht einnehmen?

Kinder und Jugendliche produzieren reichlich körpereigenes Melatonin und benötigen deshalb keine zusätzliche Einnahme. Ausnahmen bilden Fälle, bei denen die Verabreichung zusätzlicher Melatindosen medizinisch indiziert ist.

Schwangere und stillende Mütter sollten auf die Einnahme zusätzlichen Melatonins verzichten.

Personen mit chronischen Leiden, Auto-Immunkrankheiten oder Depressionen sollten zusätzliches Melatonin ausschliesslich im Einvernehmen mit ihrem behandelnden Arzt einnehmen.

Da Melatonin einschläfernd wirkt, sollten Sie es nie vor Tätigkeiten einnehmen, die Ihre volle und ungeteilte Aufmerksamkeit erfordern. Verzichten Sie nach der Einnahme von Melatonin unbedingt aufs Autofahren oder ähnlich verantwortungsvolle Betätigungen.

Wie bei jeder Selbstmedikation, sollten Sie auch bezüglich der Einnahme von Melatonin daran denken, dass weder die obigen Ausführungen noch anderweitig verfügbare Literatur die Dienste eines Arztes, erfahrenen Naturheilpraktikers oder Ernährungsspezialisten ersetzen. Beschwerdefreie Menschen können gefahrlos selbst darüber entscheiden, ob sie Melatonin einnehmen möchten. Wenn Sie jedoch andauernde gesundheitliche Beschwerden haben, sollten Sie unbedingt vorgängig Ihren Arzt konsultieren. Dies gilt auch für den Fall, dass Sie regelmässig rezeptpflichtige Medikamente einnehmen. In manchen Fällen kann Melatonin die Wirkung gewisser Arzneimittel verstärken, was unter Umständen eine Reduktion der Dosierung erforderlich macht.

Aus einem einfachen Grund ist von der Einnahme melatoninhaltiger Präparate sogar ernsthaft abzuraten: Die gegenwärtig frei verkäuflichen Produkte sind hinsichtlich ihrer Reinheit nicht geprüft. Daß bereits geringste Spuren von Verunreinigungen zu erheblichen Nebenwirkungen führen können, hat die Tryptophan-Tragödie gelehrt. Hier ist es vor einigen Jahren durch geringfügig verunreinigte Präparate der Aminosäure Tryptophan (die Vorstufe für die Melatonin-Biosynthese) zu schweren, z. T. irreversiblen Erkrankungen gekommen (Eosinophilie-Myalgie-Syndrom). Selbst bei hochreinen Melatonin-Präparaten ist Vorsicht geboten: Melatonin ist eine äußerst instabile Substanz, die sich im Licht, an der Luft oder bei

Wärme leicht in bisher kaum bekannte und hinsichtlich ihrer Wirkungen überhaupt nicht untersuchte Zerfallsprodukte zersetzt. Die Behauptung, Melatonin könne selbst in höheren Dosierungen ohne Nebenwirkungen eingenommen werden, gilt nur für sauberste Präparate. Sie gilt auch nur für junge, gesunde Personen, bei denen bisher nach solchen Nebenwirkungen gesucht wurde. Ob ältere und vor allem kranke Menschen Melatonin ohne Nebenwirkungen über längere Zeit einnehmen können, ist nicht bekannt. (Kommentar EGB: international schon!)

Angesichts dieser Fülle von Bedenken und Unklarheiten drängt sich eine ebenso naheliegende wie simple Frage auf: Weshalb wird die Einnahme von Melatonin derzeit so propagiert, wenn es ein zumindest ebenso wirksames physiologisches Verfahren gibt, den Alterungsprozeß günstig zu beeinflussen, und das Auftreten alters-assoziierter Erkrankungen zu verringern und (ganz nebenbei) auch noch die körpereigene Melatoninproduktion zu stimulieren? Die meisten Menschen könnten wesentlich gesünder leben, indem sie einfach weniger äßen.

Die Autoren sind Göttinger Biologen und Mediziner

Hab noch was gefunden!

Hier berichtet einer über seine Erfahrung mit Melatonin!

Verfasst am: 15.01.06, 12:58 Titel: Melatonin - eine Teufelsdroge?

Hallo,

ich habe folgendes Problem, ich habe früher mehrere Jahre im 3-Schichtsystem gearbeitet (also Früh-, Spät-, Nachtschicht) worunter meine Schlafqualität stark gelitten hat. Irgendwann konnte ich gar nicht mehr einschlafen und wollte vom Hausarzt ein Schlafmittel, der verschrieb mir nach langem hin und her Sonata, aber das hat nichts geholfen. Auch frei käufliche Medikamente wie Baldrian und andere natürliche Medikamente haben nichts gebracht.

Da ich auch häufig Migräne hatte und gegen die Übelkeit dann Vomex A oder andere Produkte mit dem selben Inhaltsstoff genommen hatte, habe ich schnell bemerkt, dass man als Nebenwirkung sehr müde davon wird. Also fing ich an, dies Mittel immer häufiger zum Einschlafen zu benutzen, obwohl es ja eigentlich nicht der Sinn des Medikamentes ist.

Später hörte ich dann von Melatonin, also bestellte ich es mir über das Internet und ich konnte tatsächlich meistens davon einschlafen. Seit 2 - 3 Jahren nehme ich es jeden Abend, immer 3 mg, auch als ich dann meinen Job (aus anderen gesundheitlichen Gründen) nicht mehr ausüben konnte und eine neue Ausbildung zum Mediengestalter gemacht habe, nahm ich es weiter, weil ich ohne das Zeug nicht mehr einschlafen konnte.

Aer obwohl es ja angeblich so toll und gesund sein soll, fühlte ich mich mit der Zeit immer schlechter. Mir war häufig schwindelig, hatte richtige Schwindelanfälle und seit einigen Wochen bin ich stark Lichtempfindlich, so dass ich manchmal (kein Witz) eine Sonnenbrille aufsetzen musste, wenn ich länger vor dem PC saß, da mir der Monitor zu hell war. Auch der Fernseher war mir zu grell. Ich konnte mir das nicht erklären. Vor ein paar Tagen habe ich

Abends dann wieder meine Melatonin genommen und mich hingelegt.

Ca. eine Stunde später begann der Horror, das ganze Zimmer fing sich an zu drehen, schlimmer als nach einem Saufgelage, mir war nicht schlecht und ich hatte auch kein Kopfweh, aber alles drehte sich so schnell, das ich wirklich das Gefühl hatte, ich müsse mich festhalten. Wenn ich dann ganz ruhig gelegen habe und mich nicht bewegt habe, ging es. Aber sobald ich nur den Kopf etwas bewegt habe, ging die Karussellfahrt wieder los. Dazu hatte ich starke Temperaturschwankungen, mir wurde abwechselnd heiß und kalt, es dauerte die ganze Nacht an und auch am nächsten Tag war mir noch schwindelig.

Ich habe dafür keine andere Erklärung als das Melatonin. Seit 3 Tagen versuche ich es jetzt ohne, aber ich kann einfach nicht mehr einschlafen, ich liege 4 - 5 Stunden wach und schlafe dann für 3 oder höchstens 4 Stunden leicht ein. Ansonsten geht es mir wenigstens etwas besser und ich habe das Gefühl, langsam wieder klarer im Kopf zu werden.

Hat schon jemand ähnliche Erfahrungen gemacht? Weiß jemand, wie lange der "Entzug" dauert? Oder hat jemand Tipps, wie ich ohne "Drogen" einschlafen kann? Ich will von dem Zeug wegkommen.

[Aktualisiert am: Mon, 13 Februar 2006 17:23]

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tino](#) on Mon, 13 Feb 2006 17:27:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Foxi

" weder die obigen Ausführungen noch anderweitig verfügbare Literatur die Dienste eines Arztes, erfahrenen Naturheilpraktikers oder Ernährungsspezialisten ersetzen."

Na das stimmt aber nicht,..denn ein Arzt,unabhängig der Profession,liest sich diese Studien,über welche man sich nur ein Bild machen kann,ja gar nicht erst durch!Die meissten Ärzte,Ernährungsberater mitinbegriffen lernen aus einem,meisst schon angestaubten oberflächlichen Lehrbuch von "Was ist A,was ist B,und was und wo ist C" Qualität,und nasch Feierabend nochmal über Planet Wissen,oder irgend eine "wissenssendung" mit Jean Pütz...

Internetkindige Betroffene hingegen schauen sich fast immer in Fachjournalen um,und sind daher als kundiger einzustufen.

Bis auf einen anscheinend...

Diesen hier:Zitat:Hat schon jemand ähnliche Erfahrungen gemacht? Weiß jemand, wie lange der "Entzug" dauert? Oder hat jemand Tipps, wie ich ohne "Drogen" einschlafen kann? Ich will von dem Zeug wegkommen.

So ein blöder Depp!

Warum?

Nur ein hirnamputiertes Individuum bezeichnet Melatonin als Droge!Das Gefühl der Leichtigkeit was durch Melatonin verursacht wird,ist ein Mechanismus der Zirbeldrüse,der die Entwicklung des Kindes(Kindliche Unbeschwertheit),vor mentalen Stressoren-mentalen Umweltreizen schützen soll.Eine göttliche Energie,..die auf stark exprimierten antioxidativen Enzymen im Hirn basieren muss.Ich erfahre das so,..und fühle mich göttlich!

Dieses Subjekt scheint nicht in Fachjournale zu schauen....

Alles andere ist grundlose absurde Panikmache,..ich bin zu müde um diesen Müll jetzt zu sortieren...

Was EGB in vielen I Net Berichten über Melatonin schreibt ist richtig,..es korrigiert den grandiosen Müll der faulenden Melatoningegner.

Subject: Re: Nachtrag..
Posted by [tino](#) on Mon, 13 Feb 2006 17:30:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"Diesen hier:Zitat:Hat schon jemand ähnliche Erfahrungen gemacht? Weiß jemand, wie lange der "Entzug" dauert? Oder hat jemand Tipps, wie ich ohne "Drogen" einschlafen kann? Ich will von dem Zeug wegkommen."

Der redet so oder so wie aus einem Ghettomovie,..warscheinlich klebt die ganze Hirnschale so oder so voll Opium und Hanf...

Daher auch die Störungen

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Foxy](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:01:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Tino

Ich bin nicht gegen Melatonin!
Und werd es auch weiterhin nehmen allerdings
nicht jeden Tag!
Hab jetzt 3Tage lang 3mg Mel. geschluckt wegen Spätschicht
komm da um 22Uhr nachhause da lieg ich meistens lange im Bett ohne einzuschlafen!
Normalerweise nehm ich nur 1,5mg!

Aus dem vorigen Thread!

Wie ich schon ein paar mal erwähnt habe braun-rotes Gesicht
fast schon wie Sonnenbrand!
Die Sehstörung von heute war so ähnlich wie Netzhautablösung
ständig flimmerten die Augen und war so als ob ich was in den Augen hätte so komisch
schlierig!
Anfügung
Mir kommt auch alles irgendwie heller vor draußen bin ich
wie Schneeblind alles so grell auch jetzt der weiße Hintergrund
am Monitor tut schon fast weh!
Das Mel. auf die Augen geht hab ich schon X-fach gelesen!
Die Stäbchen sollen z.b empfindlicher reagieren hab das schon mal gelesen das früher
Astronomen geschluckt haben um Nachts besser zu sehn! die Wahrnehmung am Fernrohr wurde
dadurch erhöht!
Ist ja vielleicht Positiv aber dieses Flimmrige-schlierige hmmm

Foxy

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tino](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:06:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"Wie ich schon ein paar mal erwähnt habe braun-rotes Gesicht
fast schon wie Sonnenbrand!"

Das hab ich auch,..aber das hatte ich auch in der Kindheit.Ich denke das ich in der Kindheit
wegen mehr Melatonin eine andere Gesichtsfarbe hatte,und die jetzt durch das Melatonin
wiedergekommen ist.

Die anderen NW,..hmmmmmmmmmmmmmmmmmm aus der Literatur kenne ich sowas nicht,und ich habe viel zu Melatonin gelesen,..sehr viel.

gruss Tino

Subject: Re: Melatonin und Augen
Posted by [tino](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:20:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also Melatonin schützt die Augen nach neusten Erkenntnissen nachweislich!

Nachweislich am Menschen,..keine Mäuse!

<http://www.annalsnyas.org/cgi/content/abstract/1057/1/384>

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Foxi](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:24:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hab auch schon Stunden verbracht und mich über melatonin informiert!
zu 90% nur Positives gefunden!!

Was mich intresieren würde ob Melatonin nicht doch ein Shedding auslösen könnte!
So ähnlich wie bei Minox!

Der Haarwachstum soll durch Mel. angeregt werden!
kann es dann nicht sein das die alten schneller abgestoßen werden ??

Ich find das nicht abwegig!
Überhaupt in Verbindung mit Minox! Fin??

Foxi

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tristan](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:26:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Foxi,

Alle deine Beschwerden könnten mit der SD zusammenhängen. Hast du etwa immer noch keine weitere Untersuchung veranlasst? Und bist du nochmal zu nem Allergologen gegangen? Oder hast mal deinen Verdauungsapparat checken lassen beim Gastroenterologen? Ich bin mir fast sicher dass deine Probleme nichts mi Fin, Minox oder Melatonin zu tun haben. Bzw. wenn du Allergien hast, dann könnte es schon mit Mela zu tun haben weil es das Immunsystem boostet, wobei dann allergische Reaktionen zunehmen könnten. Vielleicht daher auch das rote Gesicht?

Subject: Re: Melatonin und Augen
Posted by [Foxi](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:27:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Tino

Zu schützt Augen

Glaub ich ja!
Eventuell verbessert es die Funktion der Augen stark!
darum auch das helles Licht weh tut? die Augen empfindlicher werden? seh ich bald wie ein Adler:-)

Foxi

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Foxi](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:30:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schande über mich! Nein hab noch nichts unternommen!
Chronische Arztunverträglichkeit!!! mich haben zu viele Stümper enttäuscht!

Foxi

tristan schrieb am Mon, 13 Februar 2006 19:26Foxi,

Alle deine Beschwerden könnten mit der SD zusammenhängen. Hast du etwa immer noch keine weitere Untersuchung veranlasst? Und bist du nochmal zu nem Allergologen gegangen? Oder hast mal deinen Verdauungsapparat checken lassen beim Gastroenterologen? Ich bin mir fast sicher dass deine Probleme nichts mi Fin, Minox oder Melatonin zu tun haben.

Bzw. wenn du Allergien hast, dann könnte es schon mit Mela zu tun haben weil es das Immunsystem boostet, wobei dann allergische Reaktionen zunehmen könnten. Vielleicht daher auch das rote Gesicht?

Subject: Re: Melatonin und Augen
Posted by [tino](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:34:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"Eventuell verbessert es die Funktion der Augen stark!
darum auch das helles Licht weh tut?"

Eine interessante Theorie. Klingt irgendwo plausibel,...ich denke mir gerade das ein "altes" Auge e.v gar nicht so sehr mit dieser Verbesserung klar kommt?

Ich werde das mal nher untersuchen.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tino](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:37:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"Der Haarwachstum soll durch Mel. angeregt werden!
kann es dann nicht sein das die alten schneller abgestoßen werden ??"

Theoretisch ist das möglich,..hab ich aber in der Melatonin Studie nicht vermerkt,..bei keinem Probanden.

Ehrlich gesagt glaube ich das auch icht,da sich der Melatonin-induzierte Haarwuchs,bzw die Verbesserungen,sehr langsam einstellen dürften.Dementsprechend langsam müsste dann auch der Haarwechsel ablaufen,..eher unmerklich.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [Foxy](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:41:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Unmerklich ja kann sein aber mit Minox/Fin als Booster??

Foxy

tino schrieb am Mon, 13 Februar 2006 19:37"Der Haarwachstum soll durch Mel. angeregt werden! kann es dann nicht sein das die alten schneller abgestoßen werden ??"

Theoretisch ist das möglich,..hab ich aber in der Melatonin Studie nicht vermerkt,..bei keinem Probanden.

Ehrlich gesagt glaube ich das auch icht,da sich der Melatonin-induzierte Haarwuchs,bzw die Verbesserungen,sehr langsam einstellen dürften.Dementsprechend langsam müsste dann auch der Haarwechsel ablaufen,..eher unmerklich.

Subject: Re: Anti Aging Arzt zu Melatonin Fin Minox
Posted by [tino](#) on Mon, 13 Feb 2006 18:43:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"Unmerklich ja kann sein aber mit Minox/Fin als Booster??"

Kann sein,..denn das Melatonin verbessert die Mitochondriale Funktion,auf die auch ein Kalium-Kanal Öffner wie Minox wirkt.

Kann sein,..sicher bin ich mir da nicht.

Subject: @tino
Posted by [chrisan](#) on Tue, 14 Feb 2006 13:46:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke nochmal Tino - habe da auch was gefunden:
http://72.14.207.104/search?q=cache:330xCkGdtiQJ:www.partei-aufbruch.de/dateibereich/gutachten/Gutachten_2002.doc+melatonin+tinnitus&hl=de&gl=de&ct=clnk&cd=2&lr=lang_de&client=firefox-a

Subject: Re: @tino
Posted by [tino](#) on Tue, 14 Feb 2006 14:47:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wollten sie ihn für einen Psychotiker erklären,..die Schulbuchaffen!

Ser schöner Text über Melatonin,..der Autor hat verstanden wie wundersam es wirken

kann. Aber er hat auch sehr gut verstanden was Elektrosmog machen kann.

Zitat: Melatonin steuert als Schlafhormon demnach den Schlaf, die Schlaftiefe, aber auch das Auftreten und den Reichtum der Träume und damit die psychische Verarbeitung des Tages. Melatoninverarmte Menschen träumen weniger und können Stressfaktoren des Vortages seelisch und körperlich schlechter kompensieren. (5: Kunz, D. et al 1999)

Sehr richtig! Wer nicht richtig träumt, kann nicht viele antioxidativen Enzyme produzieren.

Zitat: Melatonin ist mitbeteiligt bei der Produktion der Stresshormone Adrenalin und Noradrenalin. Melatoninverarmte Menschen können weniger von diesen lebensnotwendigen Stresshormonen aufbauen, sind demnach weniger stressresistent.

Ganz genau, ... das auch weil Melatonin IGF-1 anhebt.

Gruss Tino