

---

Subject: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [Kabs](#) on Tue, 07 Oct 2008 20:30:35 GMT

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

---

Hallo Miteinanders,

ich bin 26 Jahre, habe Haarausfall schon 4 Jahre. Mein Status ist ich kenn diese stadards nicht genau (von oben gesehen), sind meine GHE´s schon fast genau über den ohren angekommen und der Frontbereich ist ein schwindender Streifen.

Habe mir jetzt mal gedacht, trotz das es mir mittlerweile egal ist ob ich Glatze habe, folgenden Versuch zu starten:

Vorgeschichte im Kampf.:

Habe vor 3 Jahren mit Minox angefangen mal, keine Ahnung welches und auch nur 4 Monate.

1) Die Produkte.

Jetzt versuche ich einfach mal folgendes:

- Taxofit Haare plus ultra 1 Tablette pro Tag
- das Alpecin Doppeleffekt shampoo 1 x pro Tag

.Dazu wird bald noch Vitalpilze kommen.

Ich würde dazu gerne versuchen:

-Minox, entweder diese Kirkland oder foam. Frage? Wo ist der Unterschied und wie teuer ist beides, wo zu beziehen am besten?

-KET Shampoo, selbe Fragestellung wie oben.

Würdet ihr mir noch weitere NEMs oder Mittel empfehlen?

hatte echt schon mit dem Gedanken gespielt dieses Arjuveda zeug super Haarwuchskapseln usw. zu probieren. Aber höre ja nich viel darüber.

2) Überlege ich, ob ich mich auf verschiedene Sachen untersuchen lassen sollte, aber habe keinen Ahnung welche. Wenn ich so posts von parker lewis anlese, hab ich das Gefühl mein Leben wird aus Arztgängen bestehen Nix gegen deine Threads Parker, die sind echt sehr klasse. Finde sie produktiver als vieles anderes hier teilweise. Aber zurück zum Thema...

Was würdet ihr mir raten noch so, was soll man wirklich beachten?

Wie wäre es Parkers und ähnliche Posts mal in ein Fazit zusammen zu fassen mit dem sich jeder schnell zu ner Entscheidung ziehen kann?

Danke im Voraus

Euer Kabs

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [stef84](#) on Tue, 07 Oct 2008 20:53:36 GMT

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

---

Das Alpecin kannste knicken. Wird nichts bringen.

Das Haareplus Nems schadet sicher nicht. Wird aber nicht viel bringen.

Foam hat zum Kirkland den Vorteil, dass es die Kopfhaut weniger reizt da z.B. PPG fehlt. Ist auch etwas einfacher aufzutragen, dass es nicht "wegschwimmt". Wenn man nich viele Haare hat, bkeibt der Schaum aber eher in den Haaren, als das er auf die Kopfhaut kommt.

Die Wirkung sollte aber gleich sein.

Gibts beides nur im Internet. Z.B. bei minoxidil-direct.com oder bei E-Bay. Und du hast ein gewisses Risiko, dass es der Zoll abfängt.

Kannst natürlich auch Regaine kaufen. Das gibt in jeder Apotheke.

KET schadet sicher auch nicht. Alleine wirds nicht viel reissen. Würde ich maximal 3 mal die Woche anwenden. Gibts in der Apotheke.

Wenn du dich untersuchen lassen willst, dann um andere Gründe für den HA auszuschließen. Also z.B. Eisen- oder Zinkmangel. Dann Schilddrüse, also TSH testen lassen.

Schonmal über Finasterid nachgedacht?

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [Kabs](#) on Tue, 07 Oct 2008 21:34:52 GMT

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

---

Fin = Propecia, richtig ?

Habe keine Lust auf Nebenwirkungen, der Grund es nicht zu probieren. Bin Allergiker und hab damit schon zu kämpfen, daher spar ich an Chemie wo es nur geht.

Mino=

Was/Wo ist denn billiger? Foam oder das Kirkland Minox? Regaine hatte ich damals benutzt, ist sau teuer find ich, habe hier mal ein Minox recht billig gefunden irgendwo ... hatte wer gepostet.

Hast dir mal durchgelesen das Taxofit haare plus ultra?  
wie würdest du es ergänzen?

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [stef84](#) on Tue, 07 Oct 2008 21:56:01 GMT

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

---

Fin ist Finasterid, also Propecia und Proscar. Ist in Ordnung. Weithingehend empfehlen würde ich es auch nicht mehr.

Mino? Wo hab ich das geschrieben? Minox? Also Minoxidil?

Foam ist teurer als Kirkland. Hättest du aber auch selbst herausfinden können. Einfach den Link copy-pasten und dann lesen

Das taxofit ist vom Inhalt her recht gut. Ich finde es etwas unterdosiert! Und teuer! Wenn du Zink und einen Vitamin B-Komplex extra bei schlecker oder DM kaufst hast du billiger und höher dosiert! Dazu könntest du noch Biotin kaufen (im aldi z.B.).

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [Darkthunder](#) on Tue, 07 Oct 2008 21:57:55 GMT

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

---

Ich bin zwar einer, der von Nebenwirkungen recht stark betroffen ist/war, aber dennoch würde ich dir raten, das Zeugs wenigstens mal auszuprobieren, um zu sehen, ob du von Nebenwirkungen verschont bleibst oder nicht. Fin ist immerhin was, was bei vielen recht gut wirkt und wozu es auch schon eine Menge Berichte von Usern gibt, neben Minox.

Nahrungsergänzungsmittel und dergleichen bringen leider nur bedingt was, ein sichtbares, effektives ergebnis wirst du dadurch wahrscheinlich nicht auf die Reihe kriegen

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [Kabs](#) on Wed, 08 Oct 2008 16:10:56 GMT

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

---

Also ich habe gehört das fin(Propecia) eh den HA nur aufhält, also dafür sonen Zeug nehmen müssen wo man nie weiss ^^?!

Dann lieber Minox, da gabs weniger defizite?!

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [Darkthunder](#) on Wed, 08 Oct 2008 16:15:55 GMT

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

---

Naja, aber es gibt auch Leute die nehmen das jahrelang ohne Probleme und vertragen es gut und wirkt auch gut. Kann sicherlich sein, dass dies nur Ausnahmen sind, aber einen Versuch ist so ein Zeug allemal wert, wens denn hilft. Dass das ganze Zeugs auf Dauer hilft, kann man sowieso

---

vergessen, bei Fin und bei Minox gleichermassen

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [Kabs](#) on Wed, 08 Oct 2008 18:08:17 GMT

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

---

Deswegen finde ich mich lieber direkt mit der Glatze ab. Man hat vlt ein paar Nachteile, aber wenn man die Freude am Leben behält, dann ist man dadurch stärker als man glaubt

Mal sehen, vlt gibts ja irgendwann mal etwas das dem HA(rt) wirklich gesotten ist. Muss jeder selbst mit sich ausmachen, wie er damit umgeht.

Danke Stef und dark, aber sag mal Stef? welcher Link?

best regards

euer Kabs

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [stef84](#) on Wed, 08 Oct 2008 21:35:45 GMT

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

---

Zitat:Danke Stef und dark, aber sag mal Stef? welcher Link?

stef84 schrieb am Die, 07 Oktober 2008 22:53Das Alpecin kannste knicken. Wird nichts bringen.

Das Haareplus Nems schadet sicher nicht. Wird aber nicht viel bringen.

Foam hat zum Kirkland den Vorteil, dass es die Kopfhaut weniger reizt da z.B. PPG fehlt. Ist auch etwas einfacher aufzutragen, dass es nicht "wegschwimmt". Wenn man nich viele Haare hat, bkeibt der Schaum aber eher in den Haaren, als das er auf die Kopfhaut kommt.

Die Wirkung sollte aber gleich sein.

Gibts beides nur im Internet. => Z.B. bei minoxidil-direct.com <= oder bei E-Bay. Und du hast ein gewisses Risiko, dass es der Zoll abfängt.

Kannst natürlich auch Regaine kaufen. Das gibt in jeder Apotheke.

KET schadet sicher auch nicht. Alleine wirts nicht viel reissen. Würde ich maximal 3 mal die Woche anwenden. Gibts in der Apotheke.

Wenn du dich untersuchen lassen willst, dann um andere Gründe für den HA auszuschließen. Also z.B. Eisen- oder Zinkmangel. Dann Schilddrüse, also TSH testen lassen.

Schonmal über Finasterid nachgedacht?

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [Kabs](#) on Thu, 09 Oct 2008 15:53:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ahh, ich Blindfisch ^^

Ja oki, aber zoll fängts ab? wie liegt da die Rate ungf. in %?

dann bestell ich lieber nicht ein großes Paket xD

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [stef84](#) on Thu, 09 Oct 2008 18:20:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Die Wahrscheinlichkeit das es abgefangen wird ist eigentlich ziemlich gering, da es ja aus Großbritannien, also der EU versendet wird.

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [Kabs](#) on Fri, 10 Oct 2008 21:12:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wie stehts mit deiner Sägepalme, bringts das zumindest als stopper auf dauer ?

mal was über die vitalpilze gehört?

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [stef84](#) on Sat, 11 Oct 2008 09:39:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bei mir hat Säge den HA gestoppt. Ich habe allerdings auch nur eine schleichende AGA. Bei einer aggressiven AGA wirds nicht viel bringen. Aber es ist ein Versuch wert! Aber dann würde ich doch eher Fin empfehlen. Säge ist fast wie ein schwaches Fin. Man kann die gleichen Nebenwirkungen kriegen, wenn auch schwächer und seltener. Dafür eben auch eine schwächere Wirkung.

Vitalpilze sind Snakeoil, meiner Meinung nach. Für keine Wirkung ziemlich teuer!  
Ich habe mal von der angeblichen Wirkung gegen HA gehört. Wird das nicht auch bei der traditionellen chinesischen Medizin angewandt!?  
Habe noch keine positiven Berichte darüber gelesen. Obwohl die TCM ja hier mal Thema war. Vielleicht können sie bei diffusem HA helfen (wegen Aminosäuren etc.), aber sicher nicht bei AGA.

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [Kabs](#) on Sun, 12 Oct 2008 17:00:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Du hast deinen AGA gestoppt mit dem Palmenzeug? aber auf dauer? weiss ja nicht, wieviel Haare du so noch hast. Bei mir ists nur vorne kaum mehr was. Denke wieder bekommen werde ich wohl nichts damit ^^

Naja, die Pilze haben bestimmt schon Wirkung, aber gegen AGA oki, wer weiss schon...

Gibts bei Schlecker oder so KET shampoo?

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [stef84](#) on Sun, 12 Oct 2008 19:36:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich halte meine Haare zur Zeit sogar mit Nems. Siehe meine Signatur. Ich bin ca. NW 1,5. Wenns dich interessiert: <http://www alopezie.de/fud/index.php/fa/4563/>

Ket gibts nur in der Apotheke!

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [Kabs](#) on Sun, 12 Oct 2008 21:06:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das ist ja noch nichtmal HA in meinen Augen ^^ Lucker! hehe

Ich hab da schon ne ganze Ecke weniger

Ich nehm grade Kieselerde noch extra als Biotin.  
Was ist denn das andere was du da nimmst?

-Maca und DIM?

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [stef84](#) on Sun, 12 Oct 2008 21:38:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DIM=Diindolylmethane und Maca ist Pulver der Macapflanze.  
Das soll alles den Östrogenspiegel senken und für einen ausgeglichenen Hormonhaushalt sorgen. Dieses Programm ist von parkerlewis "entwickelt" worden und er hat wohl beachtliche Erfolge mit damit. Verschlechtert hat sichs bei mir bis jetzt auch nicht und ich bin ja schon lange von Fin und Säge runter.

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [Kabs](#) on Mon, 13 Oct 2008 17:58:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Oki, woher gibts das DIM und Maca ?

Ich nehme zurzeit:

- Kieselerde 760 mg
- Magnesium 200 mg
- Calcium 660 mg
- Biotin 180 Iug oder was das bedeuten soll ?
- L-Methionin 200 mg
- L-Cystein 11,7 mg
- VitaB Komplex
- LMethylofat 200 Iug (was zum .. das ist)
- Kupfer 1000 Iug
- Zink 5 mg

Kann ich das noch ergänzen Stef o. Parker, außer mit den 2 oben genannten und Lachsöl?  
z. B. in der Menge ?

Zitat:

Wie wärs denn mal mit Spiro, Fluta, Reviviogen, Ket, parkers Alternativprogram, Sägepalme,  
ein paar Nems, liposomales Minox etc. etc.?

-Was ist denn das alles? Spiro, Fluta, Ket, parkers Alternativprogram, liposomales Minox.

-Dachte er hat Revivogen genommen? Siehe unten.

Soundtrack hat mir das Revivogen foam angeboten 3 Packungen, reicht das für nen Versuch  
damit, oder sollte ich da noch extra was kaufen?

BTW: Fände ich es auch toll, wenn Parker sein GESamtprogramm irgendwie vereinfacht  
darstellen könnte !!!

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [stef84](#) on Mon, 13 Oct 2008 19:57:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hier ist mal der Link zu dem damals heiß dikutierten Thread von parker.  
Mein Regimen ist schon die verkürzte Version davon. Parker nimmt ja noch viel mehr, wie du  
lesen kannst.

DIM und Maca gibt wie alles im Internet (Dim: supersmart.com, Maca: yakeba.de)

Spirolactone (Spiro) und Flutamide (Fluta) sind Antiandrogene die topisch eingesetzt werden. Sind Rezeptorenblocker. Also verhindern das Andocken der Enzyme an das Testosteron, so das es in DHT umgewandelt wird.

Ketoconazol wirkt auch antiandrogen, dazu vielleicht aufgrund der Verminderung von entzündlichen Prozessen. Gibt als Shampoo in der Apotheke. Eigentlich ein Pilzmittel.

Revivogen. Ach, so ne Mischung von Minox und Fin topisch. Ist im wesentlichen Sägepalme topisch. Geh auf die Homepage: <http://www.revivogen.com/>

Aber ich würde erst mal mit einem anfangen! Nicht alles auf einmal! Dann weißt du gar nicht was wirkt von dem ganzen Zeug!

By the way. Das "lug" heißt "µg" und das ist Mikrogramm!

Zu deinen Nems (Nahrungsergänzungsmittel): Du solltest mindestens 10mg Zink nehmen und ich würde mindestens 2,5mg Biotin nehmen (gibts z.B.im aldi). Du musst aber sicher sein das du keinen Eisenmangel hast. Denn der kann HA auslösen und Zink behindert die Eisenaufnahme.

Also Lachsöl würde ich auf jeden Fall noch empfehlen. Die europäische Ernährung ist sehr Omega3-arm. Und dann solltest du überlegen ob du nicht was weglassen willst. Du musst die ganzen Tabletten ja auch schlucken L-Methylofat, L-Cystein, L-Methionin, Magnesium, Calcium kannst du eigentlich weglassen, wens nicht eh irgendwo drin ist.

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [Kabs](#) on Mon, 13 Oct 2008 20:35:11 GMT

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

---

Ahh oki!

Ja ich will ja mit dem foam anfangen erstmal, meinst die 3 Packungen reichen dafür?  
Kann ich das sorglos mit einem von nem anderem Hersteller kreuzen?

oki, also erstmal auf Eisenmangel untersuchen lassen? Dann die Dosis (Biotin) erhöhen?

Ich nehme nur 2 NEMs: Taxofit-Haare plus ultra+Abtei-Kieselerde.

PS: Was war denn dieses andere Minox, von dem du gesprochen hast ?  
iposomales Minox

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [stef84](#) on Mon, 13 Oct 2008 21:55:19 GMT

---

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

---

Ne lass mal. Hast du Verdacht auf einen Eisenmangel: Also ist der HA diffus? Weil das ist wäre ein Zeichen. Brüchige Nägel. Häufige Kopfschmerzen, Konzentrationsschwierigkeiten. Es ging nur ums Zink. Biotin kannst du immer nehmen.

Foam ist in Ordnung für den Anfang. Du solltest das aber schon ein halbes Jahr durchziehen bevor du was über die Wirkung sagen kannst. Rechne mit Shedding.

Liposomales Minox ist eventuell nicht so hautreizend wie das normale flüssige. Weil in dem entsprechenden Beitrag, wo du mich zitiert hast, konnte der User ja minox aufgrund Hautreizungen nicht nehmen. Weiß aber gar nicht auf Anhieb, was das noch gibt... Aber fang auf jeden fall mit dem Foam an. Das wird schon klappen!

Foam gibts doch nur von einem Hersteller? Rogaine. Ich würde mich schon auf flüssig oder Schaum festlegen. Aber ansonsten ists egal ob du Regaine oder Kirkland nimmst.

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [Kabs](#) on Tue, 14 Oct 2008 16:24:35 GMT

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

---

Also Foam gibts nur von Rogaine? Und dann noch die anderen 2 Anbieter (Regaine+Kirkland)?

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [stef84](#) on Tue, 14 Oct 2008 16:40:29 GMT

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

---

Kabs schrieb am Die, 14 Oktober 2008 18:24Also Foam gibts nur von Rogaine? Und dann noch die anderen 2 Anbieter (Regaine+Kirkland)?

Ja, Foam, also Minoxidil in Schaumform gibts nur von Rogaine (deutscher Vertriebsname ist Regaine). In flüssiger Form gibts Minox von Regaine und Kirkland. Aber nur Regaine flüssig gibts in deutschen Apotheken. Das anderes Zeugs gibts nur online.

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [Kabs](#) on Tue, 14 Oct 2008 20:14:22 GMT

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

---

Da gibts ja nur Pulver komplett in 500 g ???? Wiegst du das selber???? also hier Maca !

Und DIM 20 € oki.... aber 25€ UPS OO????

Wo gibts am besten Zink?

Was hat der Parker denn noch so genommen, was du nicht machst alles?

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [stef84](#) on Tue, 14 Oct 2008 20:55:43 GMT

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

---

Das Maca ist bei der angegebene Seite mit Abstand am billigsten. 3g ist ungefähr ein abgestrichener Teelöffel. Mal mehr, mal weniger ist egal.

Bei supersmart zahlst du glaub ich 6 Euro oder weniger als Versand.

Zink kannst du bei schlecker oder DM kaufen.

Zitat ParkerLewis aus seinem Thread:

Zitat: Und jetzt das wichtigste: mein Regimen...

Morgens: zum Frühstück eine Grapefruit (gut für HGH Ausschüttung, senkt Estrogenschwarzen Tee, 1000mg Maca (kann den Testowert erhöhen, enthält DIM, senkt Estrogen), 1000mg Omega3, 1000mg Dorschleberöl, 1000mg Magnesium Malate, 500mg Acetyl Carnitine

Mittags: Magerjoghurt mit Früchten und Nüssen, 1000mg Maca, 1000mg Omega 3, 1000mg Dorschleberöl, 500mg Acetyl Carnitine

Abends: Hauptmahlzeit, da könnt ihr eigentlich essen, was ihr wollt, hauptsächlich nicht zu zuckerreich und, wenn es geht keine Fertigprodukte, am besten mit Fisch oder Biofleisch, Gemüse und Obst, 1000mg Maca, Dorschleberöl und Omega 3, 200mg Selenium, 5mg Biotin, 100mg R-lipon Säure, 500mg Acetyl Carnitin, Vitamin E, 500mg schwarzes Johannesbäröl, 3000 mg MSM, Vitamin B-Complex,

vor dem schlafen gehen... 10 mg ZMA, und wer mag, kann noch 1000mg Arginine Pyroglutamate dazunehmen. Die sind aber mit voricht zu geniessen. Solltet ihr starken Haarausfall bemerken oder Pickel an der Stirn oder der Haarlinie bemerken, sofort absetzen. Auf jeden Fall solltet ihr dann 250mg GliSODin dazunehmen... Und niemals Maca mit Zink nehmen, da Maca viel Calcium enthält und somit das Zink nicht absorbiert wird. Ausserdem viel Knoblauch und Zwiebeln und Tomaten. Dies ist allerdings ein recht schwaches Regimen. Bei stärkeren Fällen von Haarausfall würde ich zumindest andenken 40mg 7HMR-Lingane, 200mg DIM, Progesteron Creme, evtl etwas antientzündliches wie Ecklonia Cava (unterdrückt Phospholipase A2, MMP-2 und MMP-9. Vorsicht bei MMP-2, zuviel ist zwar nicht gut, zu wenig aber auch nicht. EC soll allerdings nur exessives MMP-2 unterdrücken und so auch gegen aterosklerose schützen, trotzdem im Auge behalten) und 400mg EGCG dazunehmen (obwohl ich da etwas Bauchschmerzen habe, wegen SHBG, die mögliche antiandrogene Wirkung, sollte das aber aufwiegen) aber bevor ihr irgendwas davon nehmt, erstmal einen Bluttest machen lassen und über die einzelnen Sachen informieren, die ich hier aufgezählt habe.

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [Kabs](#) on Tue, 14 Oct 2008 21:27:56 GMT

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

---

40mg 7HMR-Lingane, 200mg DIM, Progesteron Creme, evtl etwas antientzündliches wie

Ecklonia Cava (unterdrückt Phospholipase A2, MMP-2 und MMP-9. Vorsicht bei MMP-2, zuviel ist zwar nicht gut, zu wenig aber auch nicht. EC soll allerdings nur exzessives MMP-2 unterdrücken und so auch gegen Arteriosklerose schützen, trotzdem im Auge behalten) und 400mg EGCG dazunehmen (obwohl ich da etwas Bauchschmerzen habe, wegen SHBG, die mögliche antiandrogene Wirkung, sollte das aber aufwiegen) aber bevor ihr irgendwas davon nehmt, erstmal einen Bluttest machen lassen und über die einzelnen Sachen informieren, die ich hier aufgezählt habe.

wenn man das liest, kriegt man direkt graue Haare ^^ soviel... und erstmal dies oder jenes machen, aber trotzdem keine Ahnung warum...

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [stef84](#) on Tue, 14 Oct 2008 22:07:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Brauchst auch nicht nehmen das Zeug. Aber du hast ja danach gefragt Ich finds auch etwas viel. Ich hab auch eine abgespeckte Version

Nimm erst mal die bewährten Sachen und dann mach dir weiter Gedanken! Zieh erst mal das Minox durch!

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [Kabs](#) on Wed, 15 Oct 2008 18:46:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Jo da hast auch recht ^^

Naja, ich hab nicht mehr viel zu verlieren.. an Haaren^^, deswegen will ich einfach jetzt mal probieren was mir zusammen am besten erscheint.

Mit dem KET shamp ist ja Mist, wollen die 20 € Mindestbestellwert Oo Muss man direkt 4 Flaschen kaufen -.-

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.  
Posted by [stef84](#) on Wed, 15 Oct 2008 20:03:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Für Ket kannst du auch in die Apotheke deines Vertrauens gehen und es da kaufen. So offline und real-life mäßig

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

---

Posted by [Kabs](#) on Wed, 15 Oct 2008 20:37:30 GMT

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

---

ja, ist wohl besser dann ^^

Danke erstmal für deine Hilfe die ganze Zeit, bin vom N.E.R.D Pole musst du wissen

---

---

Subject: Re: Meine Idee, eure Hilfe.

Posted by [stef84](#) on Thu, 16 Oct 2008 19:28:29 GMT

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

---

Kein Problem. Wenn sonst alle zu faul zum schreiben sind

---