
Subject: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [rles](#) on Tue, 14 Oct 2008 15:00:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich habe schon viel über haarausfall durch übersäuerung gelesen. habe erst nicht dran geglaubt. habe aber letztens bei welt der wunder einen bericht gesehen der mir die augen geöffnet hat. da wurde gesagt das ca an 80% bei haarausfall eine übersäuerung schuld ist!! was haltet ihr davon?

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [kkoo](#) on Tue, 14 Oct 2008 15:59:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

rles schrieb am Die, 14 Oktober 2008 17:00ich habe schon viel über haarausfall durch übersäuerung gelesen. habe erst nicht dran geglaubt. habe aber letztens bei welt der wunder einen bericht gesehen der mir die augen geöffnet hat. da wurde gesagt das ca an 80% bei haarausfall eine übersäuerung schuld ist!! was haltet ihr davon?

die suchfunktion ist dein freund...

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [pepe](#) on Tue, 14 Oct 2008 16:56:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

und was soll man dagegen tun können??? "entsäuern"???? hört sich irgendwie lustig an... aber kann ja trotzdem was wahres dran sein. aber ich glaub an sowas nicht mehr, bis es definitiv bewiesen ist. und 80% hört sich ziemlich viel an... schön wärs... ist bestimmt so ne theorie wie die ac-therapie... aber ich muss dazu sagen, das mein HA angefangen hat, als ich sie mit chemie entkraust habe... vielleicht ist jetzt mein kopf übersäuert??? ich mach mich hier nicht über dich lustig, aber das hört sich einfach zu easy an.

gruß,

pepe

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Darkthunder](#) on Tue, 14 Oct 2008 17:21:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Seh ich ähnlich. Wenn der Körper wirklich übersäuert ist, dann ist das in aller Regel im Blut nachweisbar. Ich weiss jetzt auch nicht, wie das so genau aussieht, allerings kann ichs mir einfach nicht vorstellen, dass durch zu saure Ernährung der ganze Körper übersäuert, normalerweise müsste der da Gegensteuern und müsste eher basisch werden?

Kenn mich da echt nicht so gut aus, hab mich aber auch noch nicht genauestens damit befasst, ist auch schwer, weil man bei der Suche wirklich fast nur auf so esoterisch angehauchte Seiten kommt

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [toxx](#) on Tue, 14 Oct 2008 19:43:51 GMT

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

Vor allem wie soll das gehen, erst reagieren die Geheimratsecken, dann die Tonsur und irgendwann der Rest auf die angebliche Übersäuerung?! Also naja
Bei Menschen, den auf einmal am ganzen Kopf die Haare ausgehen, sollte man mal darüber nachdenken, ja.

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Darkthunder](#) on Tue, 14 Oct 2008 21:57:05 GMT

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

Zitat:Vor allem wie soll das gehen, erst reagieren die Geheimratsecken, dann die Tonsur und irgendwann der Rest auf die angebliche Übersäuerung?! Also naja Smile
So kann mans natürlich auch sehen

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Cynic](#) on Tue, 14 Oct 2008 23:49:26 GMT

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

Haarausfall durch Übersäuerung? Warum hilft dann den meisten Fin? Nein, Fin ist keine Mineraltablette .

Ehrlich gesagt würde ich der Ernährung einen sehr hohen Stellenwert in Sachen genetisch bedingten HA verleihen (und ich glaube auch daran, wenn ich nur noch 95% HA-Betroffene auf den Straßen rumlaufen sehe), aber wie Ernährung sein sollte, um HA zu stoppen oder zu verlangsamen, weiß doch nahezu keiner. Grüner Tee, Leinsamen, Säure/Basen-Haushalt, wenig Zucker, Atkins, Darmsarnierung...wieviel wurde schon diskutiert, und noch kein AGA-Betroffener konnte damit zufriedenstellende Erfolge verbuchen. Im Gegensatz zu Fin/Minox und dergleichen.

Warum unsere Haarwurzeln solche Schlappschwänze sind, ja vielleicht kann man das anhand der Ernährung unserer Vorfahren ableiten, aber das erste und bisher einzige was uns hilft, ist der DHT-Ansatz.

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Darkthunder](#) on Wed, 15 Oct 2008 07:51:16 GMT

Zitat:aber wie Ernährung sein sollte, um HA zu stoppen oder zu verlangsamen, weiß doch nahezu keiner

Gerade das ist es ja, das kann einem auch niemand sagen, weder Ernährungswissenschaftler noch irgendwelche Zeitschriften. Wenn man nach einigen Berichten über bestimmte Lebensmittel geht, dann müsste man ja beispielsweise nur noch Zwiebeln essen und alle Probleme wären dahin, weil sie ja so gesund sind. Es werden immer nur einzelne Lebensmittel beleuchtet, aber nur selten ein komplettes Nahrungskonzept. Das Übersäuerungszeugs ist meiner Ansicht nach eher was esoterisches denn etwas wirklich nachweisbares.

Zitat:Warum unsere Haarwurzeln solche Schlappschwänze sind
Wie der Herr, so sein Gscherr

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [daytrader](#) on Wed, 15 Oct 2008 14:17:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Darkthunder schrieb am Mit, 15 Oktober 2008 09:51Zitat:aber wie Ernährung sein sollte, um HA zu stoppen oder zu verlangsamen, weiß doch nahezu keiner

Gerade das ist es ja, das kann einem auch niemand sagen, weder Ernährungswissenschaftler noch irgendwelche Zeitschriften. Wenn man nach einigen Berichten über bestimmte Lebensmittel geht, dann müsste man ja beispielsweise nur noch Zwiebeln essen und alle Probleme wären dahin, weil sie ja so gesund sind. Es werden immer nur einzelne Lebensmittel beleuchtet, aber nur selten ein komplettes Nahrungskonzept. Das Übersäuerungszeugs ist meiner Ansicht nach eher was esoterisches denn etwas wirklich nachweisbares.

Zitat:Warum unsere Haarwurzeln solche Schlappschwänze sind
Wie der Herr, so sein Gscherr

BEi meinem Urlaubsflug dies Jahr war ein Bericht eines Mediziners in einem Nachrichten Magazin zum Thema Übersäuerung. Er hat eine Spezialklinik in der der Körper entsäuert wird. Er hat schon etliche Tips zur Ernährung gegeben und wie man sich ernähren muss, z.B. niemals während einer Mahlzeit was trinken!

Nach 19 Uhr nichts mehr essen, weil da der Körper weniger verdauen soll und es nur so gärt in uns. Der größte Fehler spät abends Salate essen, da gärt es wohl wie in einem Weinfass. Auch er war der Meinung, dass viel weniger Glatzen rumlaufen müßten. Aber um HA ging es in diesem Bericht weniger, vielmehr um andere Leiden durch Übersäuerung. Mein Fazit war auf jeden Fall, dass ich wohl Essentechnisch nach dieser Theorie alles falsch mache.

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Cynic](#) on Wed, 15 Oct 2008 14:29:11 GMT

daytrader schrieb am Mit, 15 Oktober 2008 16:17

BEi meinem Urlaubsflug dies Jahr war ein Bericht eines Mediziners in einem Nachrichten Magazin zum Thema Übersäuerung. Er hat eine Spezialklinik in der der Körper entsäuert wird. Er hat schon etliche Tips zur Ernährung gegeben und wie man sich ernähren muss, z.B. niemals während einer Mahlzeit was trinken!

Nach 19 Uhr nichts mehr essen, weil da der Körper weniger verdauen soll und es nur so gärt in uns. Der größte Fehler spät abends Salate essen, da gärt es wohl wie in einem Weinfass.

Auch er war der Meinung, dass viel weniger Glatzen rumlaufen müßten. Aber um HA ging es in diesem Bericht weniger, vielmehr um andere Leiden durch Übersäuerung.

Mein Fazit war auf jeden Fall, dass ich wohl Essentechnisch nach dieser Theorie alles falsch mache.

Nach Atkins-Grundsätzen machts du wahrscheinlich (ohne dich näher zu kennen, tippe ich schon darauf dass du Kohlenhydrate futterst) auch alles falsch. Was hat das also zu bedeuten? Darüberhinaus gibts hier einige im Forum, die behaupten, dass die Verdauung über Nacht am besten läuft, und eswegen deswegen erst Abends größere Portionen. Studien hierzu würden mich mal interessieren...

Ohne Studien ist das doch alles esoterisches Geklabber (verzeihung), und dann sind wir wieder bei der Glaubenfrage.

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Alibi](#) on Wed, 15 Oct 2008 16:21:21 GMT

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

vor allem wäre es, sollte die theorie stimmen, nicht mehr erblich bedingt...und das anzuzweifeln is idiotisch^^

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [pepe](#) on Wed, 15 Oct 2008 16:23:39 GMT

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

Alibi schrieb am Mit, 15 Oktober 2008 18:21 vor allem wäre es, sollte die theorie stimmen, nicht mehr erblich bedingt...und das anzuzweifeln is idiotisch^^

genau so siehts aus!!!!

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [daytrader](#) on Wed, 15 Oct 2008 17:00:26 GMT

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

Und woher weiß man dass es erblich bedingt ist? Mein Arzt hat nix untersucht und

nachgemessen! Der hat mir auf Kopf geguckt und AGA gesagt, das wars!
Nur weil mein Vater auch HA hat, heißt das ja noch nicht, das es vererbt ist. Ich könnte ja auch die falsche Ernährung geerbt haben . Mein Vater ernährt sich nach dieser Theorie genauso falsch. Ich denke mal nach dieser Theorie ernährt sich in der heutigen Zeit fast jeder falsch.

Nicht, dass ich dieser Theorie unbedingt glaube, aber ich beschäftige mich zumindest mal damit.

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [kaya](#) on Wed, 15 Oct 2008 18:22:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daytrader schrieb am Mit, 15 Oktober 2008 19:00Und woher weiß man dass es erblich bedingt ist? Mein Arzt hat nix untersucht und nachgemessen! Der hat mir auf Kopf geguckt und AGA gesagt, das wars!

Nur weil mein Vater auch HA hat, heißt das ja noch nicht, das es vererbt ist. Ich könnte ja auch die falsche Ernährung geerbt haben . Mein Vater ernährt sich nach dieser Theorie genauso falsch. Ich denke mal nach dieser Theorie ernährt sich in der heutigen Zeit fast jeder falsch.

Nicht, dass ich dieser Theorie unbedingt glaube, aber ich beschäftige mich zumindest mal damit.

das erkennt der arzt zu 90% an deinem haarausfall-muster, so simpel das klingen mag.

nur so viel. es gibt tausende obdachlose auf den straßen die den ganzen tag nur saufen und dreck fressen und volles haar haben.

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [toxx](#) on Wed, 15 Oct 2008 19:09:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vor allem ein Beispiel:

Der entscheidende Punkt zur Erreichung des idealen pH-Wertes im Körper ist, die richtige Balance zwischen alkalischen und säurebildenden Nahrungsmitteln zu finden. Da der optimale pH-Wert unseres Körpers leicht alkalisch ist, sollte unsere Ernährung dies ebenfalls reflektieren. Sie sollte folglich nie mehr als 25% säurebildende Nahrungsmittel enthalten, solche sind beispielsweise Fleisch, Meeresfrüchte, Hefeprodukte, Milch, Süßigkeiten und Getränke wie Alkohol, Soda und Kaffee. Stattdessen sollten Sie mehr basische Nahrungsmittel zu sich nehmen, wie beispielsweise Gemüse, Sprossen, Samen, Tomaten oder Avocados.

wie wird diese Liste wohl weitergehen... Wasser, Staub, getrocknete Blätter

Ein leben ohne Fleisch, Alkohol, Hefeprodukte und Kaffee, ja nee is klar

ps. Lest Euch mal bitte die Liste durch, was man essen "darf" und was nicht:

http://www.balance-ph.de/basische_nahrungsmittel.html

Wenn ich mich davon ernähren soll, bin ich nach 5 Tagen wahnsinnig und nach 2 Wochen totkrank!!

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [amigo77](#) on Sun, 19 Oct 2008 12:11:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich glaube auch nicht, dass man die genetische Bedingtheit bei den meisten HA-Formen, die langfristig zu weniger Haaren bzw. kahlen Stellen führen, abstreiten kann. Auch die Tatsache, dass es genug Leute gibt, die nicht nur in unseren westlichen Lebensverhältnissen leben, sondern zudem auch noch extremst ungesund (zum Beispiel die Bandmitglieder von Motley Crue - lest mal deren Autobiographie "The Dirt"), und die trotzdem beneidenswert gutes Haar bis ins Alter haben, macht da ja stutzig.

Wie dem auch sei, schliesst das nicht automatisch bei jedem aus, dass nicht einer Veranlagung zu HA auch durch Ernährungsumstellung, Änderung der Lebensweise und verschiedenen Naturmitteln entgegengewirkt werden kann, so dass diese Veranlagung gewissermassen nicht richtig zum Ausbruch kommt. Denn wie erklärt man sich andererseits das Phänomen, dass auch immer mehr Menschen, die qua Herkunft/Abstammung/Familiengeschichte eine erblich bedingte Neigung zu HA überhaupt nicht haben KÖNNEN, ebenfalls an Haarausdünnung und Glatzenbildung leiden. Beispielsweise Japaner, Chinesen, Thailänder, Indianer, Inder. Ich kenn da sogar persönlich Beispiele.

Vielleicht ist es immer ein individuelles Zusammenwirken von Faktoren. Wenn man mal davon ausgeht, dass einige Leute hier und auf anderen Foren wahrheitsgemäss berichten, sie hätten HA gestoppt und sogar teilweise umgekehrt, und das ohne Fin, Minox, etc. sondern mit einem Regimen wie von Immortalhair oder Ähnlichem, dann muss doch mindestens eine von zwei Aussagen zutreffen:

- 1) Auch der typische Männerhaarausfall ist nicht nur genetisch bedingt.
 - 2) Selbst bei genetischer Vorprogrammierung zum HA kann man durch Beeinflussung anderer physischer Faktoren die vorprogrammierte Entwicklung umgehen bzw. blockieren.
-

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Sonic Boom](#) on Sun, 19 Oct 2008 12:22:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kaya schrieb am Mit, 15 Oktober 2008 20:22daytrader schrieb am Mit, 15 Oktober 2008 19:00Und woher weiß man dass es erblich bedingt ist? Mein Arzt hat nix untersucht und nachgemessen!

Der hat mir auf Kopf geguckt und AGA gesagt, das wars!

Nur weil mein Vater auch HA hat, heißt das ja noch nicht, das es vererbt ist. Ich könnte ja auch die falsche Ernährung geerbt haben . Mein Vater ernährt sich nach dieser Theorie genauso falsch. Ich denke mal nach dieser Theorie ernährt sich in der heutigen Zeit fast jeder falsch.

Nicht, dass ich dieser Theorie unbedingt glaube, aber ich beschäftige mich zumindest mal damit.

das erkennt der arzt zu 90% an deinem haarausfall-muster, so simpel das klingen mag.

nur so viel. es gibt tausende obdachlose auf den straßen die den ganzen tag nur saufen und dreck fressen und volles haar haben.

Kann ich auch bestätigen. Ein guter Freund von mir rauchte, ernährte sich schlecht,drank Alk und hatte Übergewicht, aber volles Haar (wie Papi).

Der Andere hatte sich immer sehr gesund ernährt, wenig Fleisch, keinen Alk und Zigis, aber Haarausfall (auch wie der Vater).Und nun nur noch ein Kranz.

Ich hab das zu meinen Anfangs-Haarausfallzeiten auch gedacht und diese gesunde Ernährungs-Strategie 4 Monate durchgezogen, hat null gebracht. Beim Friseur haben sie damals solche ultra teuren Produkte angeboten.

Erst 4 Monate Fin brachten gute Ergebnisse.

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [toxx](#) on Mon, 20 Oct 2008 14:21:02 GMT

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

Ich würde es mal so sagen, die genetischen Faktoren legen den Grundstein. Umweltgifte, schlechte Ernährung, qualitativ mangelhafte Nahrungsmittel (Medikamente und Hormone im Tierfleisch etc.) führen im Gesamten zu dem HA wie wir ihn kennen. Dinge wie ungesunde Ernährung, Rauchen etc. beschleunigt diesen Vorgang nur aber durch konsequentes Umstellen, bzw. reine Naturmedizin, selbst Finasterid usw. ist dieder Prozess allenfalls zu verlangsamen...nichts weiter.

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [benutzer81](#) on Mon, 20 Oct 2008 15:09:10 GMT

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

rles schrieb am Die, 14 Oktober 2008 17:00ich habe schon viel über haarausfall durch übersäuerung gelesen. habe erst nicht dran geglaubt. habe aber letztens bei welt der wunder einen bericht gesehen der mir die augen geöffnet hat. da wurde gesagt das ca an 80% bei haarausfall eine übersäuerung schuld ist!! was haltet ihr davon?

wie schön das "welt der wunder" ein jahrtausende altes rätsel gelöst hat

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [stealth](#) on Tue, 21 Oct 2008 01:54:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fisch:ganz selten!
also nur noch Gräser u.Sprossen+gleich Buch usw.
Bestellungsmöglichkeiten!!
dann schon eher die evolutionstheorie(auch mal bei welt der wunder,hmmmm),näml. das wir eigtl.keine haare mehr brauchen,in 100j.sollen alle oben ohne sein,haare=rest aus steinzeit,wie weißheitszähne,naja,auch hmmmm(?).
würde erklären warum jüngere mehr betroffen sind u.früher.
gabs vor 100j.genauso viel aga+ludwigbetroffene?
dann müßten wir älteren ja besser dran sein als z.b ein 20jähriger.
nur wirds in 100j.wahrscheinlich eh keine welt mehr geben,alles verseucht u.übervölkert.
aber interessantes thema!
gruß
Stealth

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [flex78](#) on Tue, 21 Oct 2008 09:43:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das Asiaten und Indianer früher keinen Haarausfall hatten bezweifel ich mittlerweile. Habe mal im Internet nach Bildern aus dem 19 Jahrhundert und frühen 20. Jahrhundert geogogelt. Und da finden sich sehr wohl Personen mit Haarausfall. Mit Sicherheit gibt es Völker in denen der Haarausfall verbreiteter ist als in anderen, aber die Behauptung diese Asiaten hätten erst HA seitdem sie sich dem westlichen Lebenswandel angepasst haben ist meiner Meinung nach falsch.

Subject: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Jak23](#) on Fri, 24 Oct 2008 10:35:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

toxx schrieb am Mit, 15 Oktober 2008 21:09Vor allem ein Beispiel:

Der entscheidende Punkt zur Erreichung des idealen pH-Wertes im Körper ist, die richtige Balance zwischen alkalischen und säurebildenden Nahrungsmitteln zu finden. Da der optimale pH-Wert unseres Körpers leicht alkalisch ist, sollte unsere Ernährung dies ebenfalls reflektieren. Sie sollte folglich nie mehr als 25% säurebildende Nahrungsmittel enthalten, solche sind beispielsweise Fleisch, Meeresfrüchte, Hefeprodukte, Milch, Süßigkeiten und Getränke wie Alkohol, Soda und Kaffee. Stattdessen sollten Sie mehr basische Nahrungsmittel zu sich nehmen, wie beispielsweise Gemüse, Sprossen, Samen, Tomaten oder Avocados.

wie wird diese Liste wohl weitergehen... Wasser, Staub, getrocknete Blätter

Ein Leben ohne Fleisch, Alkohol, Hefeprodukte und Kaffee, ja nee is klar

ps. Lest Euch mal bitte die Liste durch, was man essen "darf" und was nicht:

http://www.balance-ph.de/basische_nahrungsmittel.html

Wenn ich mich davon ernähren soll, bin ich nach 5 Tagen wahnsinnig und nach 2 Wochen totkrank!!

Immerhin ist eine Menge Gras dabei.

Aber nun mal Spaß beiseite - ich selbst habe mich mit dem Thema eine Zeit lang auseinander gesetzt. Die Ansätze klingen gar nicht so ganz uneinleuchtend. Jedenfalls glaube ich mittlerweile schon, dass man seinem Organismus mit einer derartigen Ernährungsweise + basischer Körperpflege sehr wohl gutes tun kann. Und warum sollen davon nicht auch die Haare profitieren?

Es kann ja durchaus sein, dass grade beim Mann die Haare schon immer sensibel waren für DHT, bloß dass in der heutigen Zeit, in der die Menschen mehr denn je zuvor Stress, Junk-Food und einer eher ungesunden Lebensweise im Ganzen ausgesetzt sind, die Haarwurzeln dem Druck "DHT" + "Alltagsstress" + "saure Ernährung +X" einfach nicht mehr gewachsen (im wahrsten Sinne des Wortes) sind.?

Das ist natürlich nur ein Ansatz der die Entsäuerungsgeschichte etwas erklären könnte, ohne den DHT-Ansatz gänzlich zu verwerfen.

Ich selbst habe u.a. folgende Bücher hier liegen:

http://www.amazon.de/Gesundheit-durch-Entschlackung-Schlacke-nl%C3%B6sung-Neutralisierung/dp/3933874335/ref=sr_1_1?ie=UTF8&s=books&qid=1224843063&sr=8-1

http://www.amazon.de/Auf-Spuren-Methusalem-Ern%C3%A4hrung-Gesund-allergiefrei/dp/3893854371/ref=sr_1_1?ie=UTF8&s=books&qid=1224843525&sr=8-1

Ersteres ist "sehr" esoterisch und wenn ich so Sätze lese wie "Die Zellulite der Frau ist der Haarausfall beim Mann" oder "Gott ist basisch", dann stellen sich mir natürlich die Haare (die, die noch da sind) zu Berge.

Aber wenn man sich davon nicht gleich abschrecken lässt, kann man durchaus das ein oder andere "nützliche" für sich herausfiltern.

Insbesondere hinsichtlich der Körperpflege habe ich meine Gewohnheiten etwas geändert. Ich benutze nun anstatt den normalen Dusch-Gels wieder Seife (ph-Neutral oder leicht basisch) und mache hin und wieder basische Voll-Bäder. (Totes-Meer Salz).

Ich merke richtig wie mir das gut tut. Auch Fußbäder mit ein wenig Basensalz abends vor dem Fernsehen oder bei Arbeiten am Computer ab und an mal. Meiner Haut scheint das alles schon mal sehr gut zu tun.

Das zweite Buch von H.-M. Burzler habe ich selbst noch nicht gelesen - nur mal kurz reingeschnuppert - aber von Bekannten empfohlen bekommen, da ich auch Allergiker bin und es "angeblich" schon vielen geholfen hat.

Das Thema Haarausfall wird dort aber auch ausführlich behandelt.

Meine persönliche Meinung ist, dass man Haarausfall nicht nur an einer Sache festmachen darf, z.B. am DHT. Ich denke das ist nur einer von vielen Faktoren und sehr viele andere Faktoren liegen noch im Dunkeln. Und alle zusammen bilden das große Problem "Haarausfall".

Mich so zu ernähren wie es z.T. verlangt wird, könnte ich nicht. Ohne meinen Kaffee, ab und an einen Hamburger oder Pizza, könnte ich wohl nicht leben. Ich nenne das Soul-Food.

Meiner Seele muss es nämlich auch gut gehen - nicht nur meinem Körper. Ich denke auch das muss so einfach dazu gehören.

In diesem Sinne

Jak

Subject: Aw: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 11 May 2014 14:19:46 GMT

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

Eine mögliche Erklärung könnte diese sein:

- 1.) Die Kopfhaut-Muskulatur verspannt, dadurch werden die Blutgefäße zusammengepresst=> Keine Durchblutung mehr der Haarwurzeln!
 - 2.) Durch die versteifte Halswirbelsäule (die viele ja haben) wird vermehrt entzündungsförderndes Histamin ausgeschüttet
 - 3.) es kommt zu entzündlichen Vorgängen am Haarfollikel. Ausgelöst durch Histamin und der Kopfmuskel-Verspannung.
 - 4.) Dazu kommt durch chronischen Vitamin C - und Lecithin-Mangel eine Arteriosklerose. Die Blutgefäße rund um die Haarwurzeln verstopfen immer mehr.
 - 5.) Diese entzündlichen Vorgänge übersäuern möglicherweise die Haarwurzeln.
- Es ist bekannt, dass jene Bereiche wo Haare wachsen, auch basischer sind als die Bereiche wo keine Haare wachsen!
Das habe ich zumindest mal irgendwo gelesen.

Jetzt erklärt sich auch, warum einige Menschen TROTZ Übersäuerung dichte Haare haben. Denn es ist gar nicht die Säure alleine, die die Haare ausfallen lässt, sondern vielmehr sind es die Entzündungsvorgänge die diese Säuren erst produzieren.

Wir kennen ja alle Muskelkater. Ist auch nichts anderes als eine Übersäuerung der Muskeln.

Obachlose mit dichtem Haar sind selbstverständlich auch übersäuert.

Aber warum sollten deren Haare ausgehen, wenn keine Kopfmuskel-Verspannung und kein Halswirbelsäulen-Syndrom vorliegt?

Subject: Aw: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [conyous](#) on Sun, 11 May 2014 16:37:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich möchte mich auch kurz zu dem Thema zu Wort melden.
Die letzten eineinhalb Jahre habe ich versucht - angeregt durch genau die gleiche Idee "Haarausfall durch Übersäuerung" meine sagen wir mal "Miniaturisierung" in den Griff zu bekommen.

Folgendes Programm habe ich gemacht:

-) Teilweise Umstellung der Nahrungsmittel auf vegetarisch/vegan (Starke Reduktion des Fleischkonsums) -> Vermeidung von zu viel säurebildenden Lebensmitteln
-) Keine säurebildenden Getränke mehr (keine Kohlensäure, kein Café, nur ausgewählte Basentees)
-) Basische Körperpflegeprodukte (Shampoo, Duschbad, Gesichtscremen)
-) Basen(Fuß)Bäder mindestens 3 Mal pro Woche
-) Basische NEMs (Mineralstoffe, Basenpulver)

Es gab nur mehr Basen, Basen, Basen,...

Jetzt, nach diesen 1½ Jahren kann ich folgendes Fazit ziehen:

-) Kein Neuwuchs
-) Haarstatus nicht gehalten

Viel Lärm um nichts....

Das einzig Positive war, dass ich damit 20kg abgenommen habe und mich körperlich sehr wohl/fit fühle. Für die Haare brachte es leider nichts.
Und ich glaube nach diesem Zeitraum kann ich das schon beurteilen.

Vielleicht hätte es geklappt wenn ich die Nahrung auf REIN BASISCH umgestellt hätte, aber sorry - der Fraß ist dann keine Lebensqualität mehr.

Somit bin ich bei ein paar NEMs geblieben, auch das Basenshampoo verwende ich noch abwechselnd mit Lipogaine Big 3 aber das wars...

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Knorkell](#) on Sun, 11 May 2014 16:52:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dann hast du laut Norwood dennoch irgendwas grundlegend falsch gemacht. Eher mag ihn der Blitz beim *****en treffen als das sein Wort und Glaube nicht Wahrheit sei.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sun, 11 May 2014 22:36:25 GMT

@amigo77

Zitat:1) Auch der typische Männerhaarausfall ist nicht nur genetisch bedingt.

2) Selbst bei genetischer Vorprogrammierung zum HA kann man durch Beeinflussung anderer physischer Faktoren die vorprogrammierte Entwicklung umgehen bzw. blockieren

Das ist richtig und nennt sich Epigenetik. Mann kann durch Nahrung gezielt Einfluss auf Gene nehmen (positiv wie negativ) Positiv sind Himbeeren, Avocado etc..

Angeblich sind die Speicher(Menge) von Basen genetisch bestimmt.

Haarausfall / Glatze bekommt jeder irgendwann. Haarausfall / Glatze ist einfach eine vorzeitige Alterung der Haare.

@conyous Cool das du das durchgezogen hast und darüber berichtest.

Ich werde zuerst einen Fettstoffwechsel Analyse machen lassen zb CRS Screening

<http://www.shape.de/sex-und-psyche/gesundheit/a-32222/wie-steht-es-um-meinen-stoffwechsel.html>

Damit ich die optimale Ernährung Ausrichten kann.

Bei DM hab ich mal ein Basen Pulver angeschaut. Positiv war das fast alle Mineralien als Citrat vorlagen aber grösste Minus über 70% Maltodextrin.

Selbst gezogenes Gerstengrass als Saft ist wahrscheinlich eine sehr effiziente möglichkeit und hoch Basisch. Natürlich muss man es mindestens 1 Jahr nehmen täglich. Hab schon viel gelesen das Haarfarbe zurück kam. Falten verschwanden / gemildert wurden. Und auch bei einigen Haare wieder kamen.

Hab auch mal ne Studie gesehen das 20Minuten Kopfmassage nachweislich Haarneuwuchs brachte. Im US Forum gabs ein Benutzer der nannte seine Methode Margo. Dabei nimmt man ein Handtuch und rubbelt wahllos auf dem Kopf rum. Seine Ergebnisse waren super.

Ich denke ATP hat auch einen grossen Einfluss. Zb Laser induzieren ATP.

Auch Sport / Bewegung ist sehr wichtig da das Lymph System wie eine Pumpe ist welches nur läuft wen man sich bewegt. Falls das nicht der Fall ist verharen die Toxine.

Der Darm ist auch Elementar. Durch Gluten wird er zugekleistert!

Subject: Aw: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 11 May 2014 23:50:04 GMT

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

conyous schrieb am Sun, 11 May 2014 18:37Also ich möchte mich auch kurz zu dem Thema zu Wort melden.

Die letzten eineinhalb Jahre habe ich versucht - angeregt durch genau die gleiche Idee

"Haarausfall durch Übersäuerung" meine

sagen wir mal "Miniaturisierung" in den Griff zu bekommen.

Folgendes Programm habe ich gemacht:

-) Teilweise Umstellung der Nahrungsmittel auf vegetarisch/vegan (Starke Reduktion des Fleischkonsums) -> Vermeidung von zu viel säurebildenden Lebensmitteln
-) Keine säurebildenden Getränke mehr (keine Kohlensäure, kein Café, nur ausgewählte Basentees)
-) Basische Körperpflegeprodukte (Shampoo, Duschbad, Gesichtscremen)
-) Basen(Fuß)Bäder mindestens 3 Mal pro Woche
-) Basische NEMs (Mineralstoffe, Basenpulver)

Es gab nur mehr Basen, Basen, Basen,...

Jetzt, nach diesen 1½ Jahren kann ich folgendes Fazit ziehen:

-) Kein Neuwuchs
-) Haarstatus nicht gehalten

Viel Lärm um nichts....

Das einzig Positive war, dass ich damit 20kg abgenommen habe und mich körperlich sehr wohl/fit fühle. Für die Haare brachte es leider nichts.

Und ich glaube nach diesem Zeitraum kann ich das schon beurteilen.

Vielleicht hätte es geklappt wenn ich die Nahrung auf REIN BASISCH umgestellt hätte, aber sorry - der Fraß ist dann keine Lebensqualität mehr.

Somit bin ich bei ein paar NEMs geblieben, auch das Basenshampoo verwende ich noch abwechselnd mit Lipogaine Big 3 aber das wars...

Du hast aber sicher kein basisches Wasser getrunken, stimmt's?

Das ist nämlich das Entscheidende.

Dein Basenpulver ist vermutlich gar nicht basisch

90% aller Basenpulver sind hoch sauer. Du brauchst nur mal einen Teststreifen ins Wasser zu halten.

Die meisten Basenpulver haben einen PH von um die 6 bis 6,9.

Basisches Wasser hingegen hat einen PH von 10-11.

Hier liegen also WELTEN dazwischen!

Außerdem glaube ich auch nicht, dass die Übersäuerung per se für AGA verantwortlich ist. Sondern es ist immer der arteriosklerotische Entzündungsprozess, ausgelöst durch Vitamin C/Lecithin-Mangel sowie die Kopfmuskel-Verspannung, die dann lokal im Kopfbereich zu einer Säureflut führt.

Deswegen braucht man ein basisches Wasser mit hohem PH, um diese Säuren zu puffern. Aber letztlich sind die Säuren nur ein Symptom der Entzündung. Der Arteriosklerose und der Kopfmuskel-Verspannung.

Nur diese Theorie ist so schlüssig, dass sie auch erklärt, warum die Haare nicht überall ausgehen, sondern nur in GHE und Tonsur.

Subject: Aw: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Mon, 12 May 2014 08:19:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zum Thema Basisches Wasser:

Zitat:Die allermeisten Behauptungen über die angeblichen gesundheitlichen Vorteile von solchen Wässern stammen von den Herstellern selbst und werden von deren Wiederverkäufern, Laien und anderen selbsternannten „Gesundheitsexperten“ gebetsmühlenartig wiederholt.

Quelle:

Meine Meinung dazu. Basisches Wasser hilft vielleicht Säuren zu Neutralisieren welche gerade aufgenommen wurden jedoch nicht um die Depos aufzufüllen. Um die Säuren aus den Zellen zu bekommen klappt nur mit Kaliumcitrat.

Von Basenpulver halte ich nicht viel da sehr viele Zucker in Form von Inulin , Maltodextrose etc enthalten.

Wie Nordwood richtig gesagt hat sind die meisten Basenpulver sauer!

Vermutlich ist das Dr. Jacob's Basenpulver das beste.

Aber eben ich würde davon abraten da es wieder um isolierte Substanzen handelt.

Die Natur ist ganzheitlich und besteht nicht aus einzelnen Substanzen.

Nebst den Basen sind auch die B Vitamine von Zentraler Bedeutung zb Folsäure, Vitamin B6 etc..

Meine Empfehlung daher gegen eine Übersäuerung entgegen zu wirken ist Gerstengrassaft. Jedoch nicht als Pulver kaufen sondern Saatgut und sich das Grass selber ziehen. Ist super einfach. Ein guter Entsafter (möglichst mit geringer Drehzahl)

Und der Gesundheit sollte nichts mehr im wege stehen. Die Übersäuerung kommt nicht von heute auf morgen daher vergeht auch einige Zeit bis Resultate zu sehen sind. Je nach dem bis zu 1-2 Jahre. Kleinere Positive Effekte wie Faltenminderung , besseres Hautbild etc lässt sich schon nach kurzer Zeit feststellen.

Subject: Aw: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [daytrader](#) on Mon, 12 May 2014 08:35:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wieoft soll man diesen Saft denn zu sich nehmen? Braucht man da nicht große Mengen an Grass um ein bisschen Saft rauszubekommen!? Wächst vermutlich im Winter auch nicht...

Subject: Aw: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Mon, 12 May 2014 10:18:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ein Schnapsglass Pro Tag reicht. Mann kann auch 2 oder mehr nehmen aber zuerst langsam

Anfangen.

Mann kann den Saft auch Verdünnen mit Wasser oder Fruchtsaft da es halt nach Grass Schmeckt. Mit Apfel oder Organgen Saft finde ich es super lecker.

Mann kann das Grass auch in einer Keimschale oder Topfuntersteller ziehen. Ich verwendet dabei keine Erde. Nach 14 Tage ist das erste mal Ernte und je nach Menge reichdas für mindestens eine Woche. Das Gras wächst wieder und man kann es noch ein 2tes mal ernten. Dann nimmt die Nährstoffdicke ab und man sollte neues Grass Anpflanzen.

Mann könnte mit selbst gemachter Holzäsche und Erde Theoretisch die ganze Zeit wachsen lassen und ernten.

Es gibt verschiedene Grässer welche man ziehen kann zb Dinkel, Roggen, Weizen etc etc

Subject: Aw: Re: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Mon, 12 May 2014 15:54:55 GMT

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

Das könnte auch noch sehr Intressant sein!

<http://www.youtube.com/watch?v=rqMy2PZQ67Y>

Phosphat - das unterschätzte Gift im täglichen Essen

Quelle

Für Übersäuerung Verantwortlich und auch Arteriosklerose.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [PeterNorth](#) on Mon, 12 May 2014 17:33:37 GMT

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

ich bin stink sauer auf diese übersäuerungs threads.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Knorkell](#) on Mon, 12 May 2014 17:42:31 GMT

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

PeterNorth schrieb am Mon, 12 May 2014 19:33ich bin stink sauer auf diese übersäuerungs threads.

Kein Wunder, dass dir die Haare ausfallen.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [PeterNorth](#) on Mon, 12 May 2014 17:55:02 GMT

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

Knorkell schrieb am Mon, 12 May 2014 19:42PeterNorth schrieb am Mon, 12 May 2014 19:33ich bin stink sauer auf diese übersäuerungs threads.
Kein Wunder, dass dir die Haare ausfallen.

da hast du recht knorkell

das hat jetzt aber nichts mit sauer aufstossen zu tun

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Knorkell](#) on Mon, 12 May 2014 18:32:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PeterNorth schrieb am Mon, 12 May 2014 19:55Knorkell schrieb am Mon, 12 May 2014 19:42PeterNorth schrieb am Mon, 12 May 2014 19:33ich bin stink sauer auf diese übersäuerungs threads.
Kein Wunder, dass dir die Haare ausfallen.

da hast du recht knorkell

das hat jetzt aber nichts mit sauer aufstossen zu tun
Sauer aufstoßen ist durch eine entsäuernde Funktion oder? Der Schmock kommt ja dadurch raus
Ich glaub mein Magen ist auch übersäuert

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 May 2014 09:01:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn dieses Forum schon unbedingt eine Moderation haben muss:
Kann ein Moderator nichtmal diese geistigen Ergüsse von Peter North und Knorkell löschen?
Was soll deren Bemerkungen? Wenn sie von der Übersäuerungs-Theorie nichts halten, so zwingt sie ja niemand, diese zu lesen.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Knorkell](#) on Tue, 13 May 2014 11:06:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 13 May 2014 11:01Wenn dieses Forum schon unbedingt eine Moderation haben muss:
Kann ein Moderator nichtmal diese geistigen Ergüsse von Peter North und Knorkell löschen?
Was soll deren Bemerkungen? Wenn sie von der Übersäuerungs-Theorie nichts halten, so zwingt sie ja niemand, diese zu lesen.

Hey hattest du nicht neulich gesagt, dass ein Mod unliebsame Posts lieber überlesen statt löschen sollte?

Werd doch einfach mal deinem eigenen Anspruch gerecht

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 May 2014 12:42:00 GMT

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

Das stimmt.

Meinetwegen braucht es auch keine Mods.

Ich meine ja nur...wenn hier eh schon moderiert wird, dann auch richtig.

Aber naja, gibt Wichtigeres.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [PeterNorth](#) on Tue, 13 May 2014 17:00:41 GMT

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

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 13 May 2014 11:01 Wenn dieses Forum schon unbedingt eine Moderation haben muss:

Kann ein Moderator nichtmal diese geistigen Ergüsse von Peter North und Knorkell löschen?

Was soll deren Bemerkungen? Wenn sie von der Übersäuerungs-Theorie nichts halten, so zwingt sie ja niemand, diese zu lesen.

es ging ja nur um den wortwitz du schokohase

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 May 2014 17:23:06 GMT

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

Achso.. JETZT versteh ich erst.

Das war nen Witz mit dem Sauer und Übersäuerung.

Der war echt gut!

Man, bin ich BLÖÖÖÖD.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Tue, 13 May 2014 17:34:40 GMT

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

Unser Körper enthält natürlicherweise und benötigt auch doppelt so viel Calcium wie Phosphor. Dementsprechend sollte der Anteil bei der Nahrungsaufnahme im gleichen Verhältnis

stehen. Doch, die schwerpunktmäßige Ernährung mittels Getreide, Fleisch- und Milchprodukten bewirkt genau das Gegenteil. Wir nehmen mehr Phosphor als Calcium auf. Das basische Calcium wiederum muss das saure Phosphor neutralisieren. Unter dem Strich steht die Übersäuerung. Bei anderen Mineralstoffen ist es genauso, ernähren wir uns nicht ausgewogen.

<http://www.youtube.com/watch?v=rqMy2PZQ67Y>

Phosphat - das unterschätzte Gift im täglichen Essen
Quelle

Für Übersäuerung Verantwortlich und auch Arteriosklerose.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 May 2014 17:41:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

reneschau schrieb am Tue, 13 May 2014 19:34 Unser Körper enthält natürlicherweise und benötigt auch doppelt so viel Calcium wie Phosphor. Dementsprechend sollte der Anteil bei der Nahrungsaufnahme im gleichen Verhältnis stehen. Doch, die schwerpunktmäßige Ernährung mittels Getreide, Fleisch- und Milchprodukten bewirkt genau das Gegenteil. Wir nehmen mehr Phosphor als Calcium auf. Das basische Calcium wiederum muss das saure Phosphor neutralisieren. Unter dem Strich steht die Übersäuerung. Bei anderen Mineralstoffen ist es genauso, ernähren wir uns nicht ausgewogen.

<http://www.youtube.com/watch?v=rqMy2PZQ67Y>

Phosphat - das unterschätzte Gift im täglichen Essen
Quelle

Für Übersäuerung Verantwortlich und auch Arteriosklerose.
Warum hat der Typ sein Gesicht zugedeckt? Schaut aus wie ein Verbrecher.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!
Posted by [PeterNorth](#) on Tue, 13 May 2014 17:44:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Tue, 13 May 2014 19:23 Achso.. JETZT versteh ich erst. Das war nen Witz mit dem Sauer und Übersäuerung. Der war echt gut! Man, bin ich BLÖÖÖÖD.

dafür gabs nen punkt auf deine reputation

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Wed, 14 May 2014 09:12:48 GMT

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

@Nordwood

Wen du ein Arzt bist und solche Aussagen machst ist er schneller seinen Job los als er Arzt sagen kann und seine Zulassung wird entzogen.

Das ist überall in der Wissenschaft so. Zb Klimawandel glaub so gar der dümste Mensch auf diesem Planeten glaubt nicht mehr an den CO2 verarschung.

Jedoch sind die Wissenschaftler abhängig von Förder Forschungsgelder. Wen man gegen den Strom schwimmt und behauptet es wird kälter statt wärmer wird man fertig gemacht von Kollegen und erhält keine Gelder mehr.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 18 Jun 2019 18:52:58 GMT

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

Kennt ihr einen Frutarier, der eine Glatze hat?

Mit solchen Leuten ließe sich doch die Übersäuerung als einzige AGA-Ursache ganz leicht belegen oder widerlegen !:

Denn die essen nur Früchte und Gemüse, also nur basische Sachen.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [BärtigerNW1](#) on Tue, 18 Jun 2019 19:15:22 GMT

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

Bis-2019-Norwood-null schrieb am Tue, 18 June 2019 20:52Kennt ihr einen Frutarier, der eine Glatze hat?

Mit solchen Leuten ließe sich doch die Übersäuerung als einzige AGA-Ursache ganz leicht belegen oder widerlegen !:

Denn die essen nur Früchte und Gemüse, also nur basische Sachen.

Letzte Woche hast Du noch behauptet, dass Übersäuerung meist nicht ernährungsbedingt ist...

Bleibt doch mal bei einer Sache und mach dann nicht am nächsten Tag wieder 5 andere

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 18 Jun 2019 20:35:27 GMT

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

BärtigerNW1 schrieb am Tue, 18 June 2019 21:15 Bis-2019-Norwood-null schrieb am Tue, 18 June 2019 20:52 Kennt ihr einen Frutarier, der eine Glatze hat?

Mit solchen Leuten ließe sich doch die Übersäuerung als einzige AGA-Ursache ganz leicht belegen oder widerlegen !:

Denn die essen nur Früchte und Gemüse, also nur basische Sachen.

Letzte Woche hast Du noch behauptet, dass Übersäuerung meist nicht ernährungsbedingt ist...

Bleibt doch mal bei einer Sache und mach dann nicht am nächsten Tag wieder 5 andere Selbst wenn die Ursache nicht ernährungsbedingt ist, so sollte eine basische Ernährung dennoch einen positiven Einfluss haben.

Sagen wir mal, die Übersäuerung käme durch eine Schwermetallvergiftung. Dann würde die basische Ernährung dennoch für permanente Basen-Überschüsse sorgen, so dass es eigentlich nicht zur Glatze kommen müsste.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [BärtigerNW1](#) on Tue, 18 Jun 2019 20:59:10 GMT

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

Naja, wie auch immer. Die Kopfhaut ist aber sowieso nicht "basisch".
Sie hat bei gesunden, non AGA Menschen einen pH Wert von 5,5.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 18 Jun 2019 21:08:16 GMT

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

BärtigerNW1 schrieb am Tue, 18 June 2019 22:59 Naja, wie auch immer. Die Kopfhaut ist aber sowieso nicht "basisch".

Sie hat bei gesunden, non AGA Menschen einen pH Wert von 5,5.

Und das weißt du woher? Hast du es selbst gemessen?

Non-AGA-ler schwitzen viel weniger auf der Kopfhaut, also kann deren PH nicht genau so sauer sein wie der des schwitzenden Glatzkopfes.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [BärtigerNW1](#) on Tue, 18 Jun 2019 22:10:51 GMT

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

Ich wasche meine Haare immer mit dem SebaMed Shampoo. Steht vorne fett drauf, dass der pH des Shampoos 5,5 ist.

Beim Googeln stößt man auch auf den Wert. Damit die Kopfhaut vor Pilzen geschützt ist.

Also ist dein basisches Programm vermutlich kontraproduktiv und fördert Pilze und Haarausfall.

Ich schwitze momentan auch sehr stark am Kopf, trotz vollem Haar.

Die Übersäuerungstheorie ist totaler Blödsinn.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 19 Jun 2019 07:52:06 GMT

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

BärtigerNW1 schrieb am Wed, 19 June 2019 00:10Ich wasche meine Haare immer mit dem SebaMed Shampoo. Steht vorne fett drauf, dass der pH des Shampoos 5,5 ist. Beim Googeln stößt man auch auf den Wert. Damit die Kopfhaut vor Pilzen geschützt ist. Also ist dein basisches Programm vermutlich kontraproduktiv und fördert Pilze und Haarausfall.

Ich schwitze momentan auch sehr stark am Kopf, trotz vollem Haar.

Die Übersäuerungstheorie ist totaler Blödsinn.

PH 5,5 schützt ganz sicher nicht vor Pilzen, sondern die Wirkstoffe die in dem Shampoo enthalten sind.

In der Tat haben die meisten Menschen einen Haut-PH von um die 5.

Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde, müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc. verschwinden.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [xWannes](#) on Wed, 19 Jun 2019 08:05:52 GMT

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

Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19 June 2019 09:52Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde, müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc. verschwinden.

Zu häufiges Haarewaschen mit aggressiven Shampoos, des lieben Erscheinungsbildes wegen; da fasse ich mir an die eigene Nase.

Dadurch wird der natürliche Säuremantel der Haut zerstört, täglich, bevor er sich komplett wieder herstellen kann.

- - -

Ergänzung im "pilotischen" Sinne:

... bei sowieso schon geschwächter Hautbarriere.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 19 Jun 2019 09:58:50 GMT

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

xWannes schrieb am Wed, 19 June 2019 10:05Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19 June 2019 09:52Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde,

müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc. verschwinden.

Zu häufiges Haarewaschen mit aggressiven Shampoos, des lieben Erscheinungsbildes wegen; da fasse ich mir an die eigene Nase.

Dadurch wird der natürliche Säuremantel der Haut zerstört, täglich, bevor er sich komplett wieder herstellen kann.

- - -

Ergänzung im "pilotischen" Sinne:

... bei sowieso schon geschwächter Hautbarriere.

Bei mir war es genau umgekehrt:

Als Teenager habe ich mir immer ohne Shampoo die Haare gewaschen. Also nur mit Wasser.

Und zu dieser Zeit hatte ich übelste Schuppen, es war ein regelrechtes seb. Ekzem.

Erst mit 18, als ich das H&S-Shampoo benutzte, war das Ekzem und die fettige Kopfhaut weg.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [qhair](#) on Wed, 19 Jun 2019 10:09:50 GMT

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

[quote title=Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19

Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde, müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc. verschwinden. [/quote]

Pilze gehören dazu. Auch im Darm sind Pilze. Durch gesunde Ernährung kann man sie im Zaum halten. Andernfalls droht leaky gutt.

Man müsste auf dem Kopf die Pilzkulturen quantifizieren, auf AGA und nonAGA Köpfen. Vor und nach Zerstörung. Und vergleichen.

DHT und Pilze gehören zum menschlichen Organismus. Eher sind die Nebenwirkungen der Medikamente wirksam. Warum soll ein Follikel nicht mehr produzieren, wenn ein Pilz auf der Kopfhaut vegetiert?

Unglaublich.

Norwood, statt 12h-Wickeln könntest du deinen Kopf Dreimal täglich mit Kernseife abbürsten...

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 19 Jun 2019 11:59:15 GMT

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

xWannes schrieb am Wed, 19 June 2019 10:05Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19 June 2019 09:52Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde, müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst

durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc. verschwinden.

Zu häufiges Haarewaschen mit aggressiven Shampoos, des lieben Erscheinungsbildes wegen; da fasse ich mir an die eigene Nase.

Dadurch wird der natürliche Säuremantel der Haut zerstört, täglich, bevor er sich komplett wieder herstellen kann.

- - -

Ergänzung im "pilotischen" Sinne:

... bei sowieso schon geschwächter Hautbarriere.

wie kann ich den Säureschutzmantel wiederherstellen ?

ist täglich haare waschen nicht gut ? geht bei mir fast nicht anders wegen Pollenallergie, und starker Talgproduktion...

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Damn123](#) on Wed, 19 Jun 2019 12:19:07 GMT

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

Oceanboy schrieb am Wed, 19 June 2019 13:59xWannes schrieb am Wed, 19 June 2019

10:05Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19 June 2019 09:52Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde, müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc. verschwinden.

Zu häufiges Haarewaschen mit aggressiven Shampoos, des lieben Erscheinungsbildes wegen; da fasse ich mir an die eigene Nase.

Dadurch wird der natürliche Säuremantel der Haut zerstört, täglich, bevor er sich komplett wieder herstellen kann.

- - -

Ergänzung im "pilotischen" Sinne:

... bei sowieso schon geschwächter Hautbarriere.

wie kann ich den Säureschutzmantel wiederherstellen ?

ist täglich haare waschen nicht gut ? geht bei mir fast nicht anders wegen Pollenallergie, und starker Talgproduktion...

Naja du kannst mit milden Shampoos schon täglich waschen , musst dir ja nicht täglich KET oder co gönnen . Probier mal des Sebamed every dat shampoo (super mild)

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [BärtigerNW1](#) on Wed, 19 Jun 2019 12:26:32 GMT

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

Oceanboy schrieb am Wed, 19 June 2019 13:59xWannes schrieb am Wed, 19 June 2019

10:05Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19 June 2019 09:52Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde, müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc.

verschwinden.

Zu häufiges Haarewaschen mit aggressiven Shampoos, des lieben Erscheinungsbildes wegen; da fasse ich mir an die eigene Nase.

Dadurch wird der natürliche Säuremantel der Haut zerstört, täglich, bevor er sich komplett wieder herstellen kann.

- - -

Ergänzung im "pilotischen" Sinne:

... bei sowieso schon geschwächter Hautbarriere.

wie kann ich den Säureschutzmantel wiederherstellen ?

ist täglich haare waschen nicht gut ? geht bei mir fast nicht anders wegen Pollenallergie, und starker Talgproduktion...

Natürlich ist tägliches Waschen nicht gut. Wahrscheinlich kurbelt das die Talgproduktion erst recht an.

Ein Teufelskreis.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Oceanboy](#) on Wed, 19 Jun 2019 13:10:39 GMT

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

BärtigerNW1 schrieb am Wed, 19 June 2019 14:26Oceanboy schrieb am Wed, 19 June 2019 13:59xWannes schrieb am Wed, 19 June 2019 10:05Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19 June 2019 09:52Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde, müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc. verschwinden.

Zu häufiges Haarewaschen mit aggressiven Shampoos, des lieben Erscheinungsbildes wegen; da fasse ich mir an die eigene Nase.

Dadurch wird der natürliche Säuremantel der Haut zerstört, täglich, bevor er sich komplett wieder herstellen kann.

- - -

Ergänzung im "pilotischen" Sinne:

... bei sowieso schon geschwächter Hautbarriere.

wie kann ich den Säureschutzmantel wiederherstellen ?

ist täglich haare waschen nicht gut ? geht bei mir fast nicht anders wegen Pollenallergie, und starker Talgproduktion...

Natürlich ist tägliches Waschen nicht gut. Wahrscheinlich kurbelt das die Talgproduktion erst recht an.

Ein Teufelskreis.

Da sagt Prof. Trüeb, Haarspezialist in der CH, etwas anderes ;)

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [BärtigerNW1](#) on Wed, 19 Jun 2019 13:16:57 GMT

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

Oceanboy schrieb am Wed, 19 June 2019 15:10 BärtigerNW1 schrieb am Wed, 19 June 2019 14:26 Oceanboy schrieb am Wed, 19 June 2019 13:59 xWannes schrieb am Wed, 19 June 2019 10:05 Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19 June 2019 09:52 Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde, müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc. verschwinden.

Zu häufiges Haarewaschen mit aggressiven Shampoos, des lieben Erscheinungsbildes wegen; da fasse ich mir an die eigene Nase.

Dadurch wird der natürliche Säuremantel der Haut zerstört, täglich, bevor er sich komplett wieder herstellen kann.

- - -

Ergänzung im "pilotischen" Sinne:

... bei sowieso schon geschwächter Hautbarriere.

wie kann ich den Säureschutzmantel wiederherstellen ?

ist täglich haare waschen nicht gut ? geht bei mir fast nicht anders wegen Pollenallergie, und starker Talgproduktion...

Natürlich ist tägliches Waschen nicht gut. Wahrscheinlich kurbelt das die Talgproduktion erst recht an.

Ein Teufelskreis.

Da sagt Prof. Trüeb, Haarspezialist in der CH, etwas anderes ;)

Mag sein. Meine Erfahrung ist eine andere.

Ich habe meine Haare immer sehr selten gewaschen, im Winter meist nur 2 mal in der Woche.

Hatte immer eine trockene Kopfhaut und nie Probleme mit fettigen Haaren.

Seit ich täglich Ket und sebamed nutze fettet meine Kopfhaut so krass. Hatte ich nie in meinem Leben.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 19 Jun 2019 16:35:50 GMT

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

Oceanboy schrieb am Wed, 19 June 2019 13:59 xWannes schrieb am Wed, 19 June 2019 10:05 Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19 June 2019 09:52 Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde, müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc. verschwinden.

Zu häufiges Haarewaschen mit aggressiven Shampoos, des lieben Erscheinungsbildes wegen; da fasse ich mir an die eigene Nase.

Dadurch wird der natürliche Säuremantel der Haut zerstört, täglich, bevor er sich komplett wieder herstellen kann.

- - -

Ergänzung im "pilotischen" Sinne:

... bei sowieso schon geschwächter Hautbarriere.

wie kann ich den Säureschutzmantel wiederherstellen ?

<https://www.youtube.com/watch?v=ooSQvBQQNnw>

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [BärtigerNW1](#) on Wed, 19 Jun 2019 17:05:19 GMT

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

Bald kommst Du noch auf die Idee, die Magensäure entfernen zu wollen... Ist ja schließlich Säure also was Schlechtes in Deinen Augen.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Desmond](#) on Wed, 06 Nov 2019 07:08:16 GMT

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

Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19 June 2019 18:35Oceanboy schrieb am Wed, 19 June 2019 13:59xWannes schrieb am Wed, 19 June 2019 10:05Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 19 June 2019 09:52Aber wenn dieser saure PH tatsächlich vor Hautpilzen schützen würde, müsste man sich fragen, warum es dann so viele Menschen mit Hautpilzen gibt und diese erst durch Wirkstoffe wie Ket, H&S etc. verschwinden.

Zu häufiges Haarewaschen mit aggressiven Shampoos, des lieben Erscheinungsbildes wegen; da fasse ich mir an die eigene Nase.

Dadurch wird der natürliche Säuremantel der Haut zerstört, täglich, bevor er sich komplett wieder herstellen kann.

- - -

Ergänzung im "pilotischen" Sinne:

... bei sowieso schon geschwächter Hautbarriere.

wie kann ich den Säureschutzmantel wiederherstellen ?

<https://www.youtube.com/watch?v=ooSQvBQQNnw>

Danke für den Link.

Der Säureschutzmantel ist also nur ein weiteres Lügenmärchen. Das erklärt auch warum viele auf basische Naturseife schwören und Erfolge damit erzielen.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 06 Nov 2019 17:59:18 GMT

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

Ich frage mich, was basische Seife bringen soll.

Denn die ist ja nur sehr kurz auf der Haut. Und wird dann nach 10 Sekunden wieder abgewaschen. Und der PH-Wert des Wassers ist recht neutral bei um die 7.

Wenn es also nach den Befürwortern des Säureschutzmantels geht, dann dürfte man sich

gar nicht mit Wasser waschen, denn alleine das ist ja schon zu basisch mit PH 7 und "zerstört" damit den so genannten "Schutz"-Mantel. Abgesehen davon, dass man ja schnell wieder schwitzt und die Haut dann sofort wieder erneut sauer ist.

Um einen permanent neutralen, nicht basischen (!), Hautfilm zu haben, bräuchte man eine Creme mit PH 8. Diese würde sich dann mit dem sauren Schweiß von PH 5 vermischen und es ergibt sich ein Mittelwert von 7.

Subject: Aw: haarausfall durch übersäuerung!!!

Posted by [knuspermüsli](#) on Sun, 10 Nov 2019 21:29:28 GMT

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

Bis-2019-Norwood-null schrieb am Wed, 06 November 2019 18:59Ich frage mich, was basische Seife bringen soll.

Denn die ist ja nur sehr kurz auf der Haut. Und wird dann nach 10 Sekunden wieder abgewaschen. Und der PH-Wert des Wassers ist recht neutral bei um die 7.

Wenn es also nach den Befürwortern des Säureschutzmantels geht, dann dürfte man sich gar nicht mit Wasser waschen, denn alleine das ist ja schon zu basisch mit PH 7 und "zerstört" damit den so genannten "Schutz"-Mantel. Abgesehen davon, dass man ja schnell wieder schwitzt und die Haut dann sofort wieder erneut sauer ist.

Um einen permanent neutralen, nicht basischen (!), Hautfilm zu haben, bräuchte man eine Creme mit PH 8. Diese würde sich dann mit dem sauren Schweiß von PH 5 vermischen und es ergibt sich ein Mittelwert von 7.

Was hier zum Teil für ein Schwachsinn verteilt wird. Man kann mit pH-Werten nicht rechnen wie mit Zahlen, da pH-Werte sich nicht linear verhalten. Der pH-Wert ist schließlich der negative dekadische Logarithmus der Wasserstoffionenaktivität. Aber von Wissenschaft hält man ja hier leider nicht mehr viel ...

Dazu kommt noch, dass manche Stoffgemische sehr stark puffern

[https://de.wikipedia.org/wiki/Puffer_\(Chemie\)](https://de.wikipedia.org/wiki/Puffer_(Chemie)). Das nutzt auch unser Körper dazu, damit der pH-Wert stets im gesunden Rahmen bleibt <https://de.wikipedia.org/wiki/Blutpuffer>.

Ich kann jedem unwissenden empfehlen, mal eine Säure-Base-Titration durchzuführen.
