
Subject: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?
Posted by [backflash](#) on Sat, 07 Mar 2009 17:55:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Könnte das möglich sein?

Mir ist in letzter Zeit auf Fotos vermehrt aufgefallen, dass mein Unterkiefer irgendwie breiter (männlicher?) wirkt - besonders die Knochen unterhalb der Ohren bei der Kaumuskulatur. Ich nehme seit ca. 2 Jahren regelmässig Zink zu mir. Hat das was damit zu tun bezüglich Testo etc.?

Andererseits bin auch ein Milch-Käse-Junkie geworden...vielleicht zuviel Kalzium?

Ich habe mir vor kurzer Zeit beim Zahnarzt ein Implantat in den Unterkiefer setzen lassen. Schon zu dem Röntgenbild meinte er, dass mein Unterkiefenochen ausgeprägt sei. Beim Bohren in den Knochen (für das Implantat) hatte er länger gebraucht als bei anderen Patienten, weil der Knochen so hart war.

Mich wundert das schon, weil ich sonst eher weiblichere Gesichtszüge habe/hatte.

Danke für Eure Meinungen

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?
Posted by [Helveticus](#) on Sun, 08 Mar 2009 17:54:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Lol, ich habe genau die gleich Erscheinung.

Mein Unterkiefer ist auch in den letzten Jahren breiter geworden. Zuerst dachte ich es sei Wasser oder Fett, aber dem ist wohl leider nicht so. Bei mir sieht es aber leider nicht so gut aus, ich hätte lieber ein schmäleres Gesicht. Ich finde es auch nicht gerade männlich. Daher versuche ich durch Sport das Fett ein wenig zu reduzieren.

Ich nehme auch schon über Jahre hinweg Zink. Sagt jetzt bitte nicht, dass es davon kommt.

Zitat:Andererseits bin auch ein Milch-Käse-Junkie geworden...vielleicht zuviel Kalzium?

Was meinst du mit Milch-Käse-Junkie? Meinst du damit, dass du bleich bist im Gesicht?

Ich bin im Gesicht auch leider bleich. Mein Calcium Gehalt ist auch über der Grenze, also zu hoch.

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?
Posted by [backflash](#) on Sun, 08 Mar 2009 19:42:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ob es durch die vermehrte Einnahme von Zink kommt, weiss ich ja eben nicht.

Mit Milch-Käse-Junkie meinte ich, dass ich besonders seit dem letzten halben Jahr viele Milchprodukte zu mir nehme, daher die Vermutung mit dem erhöhten Kalzium. Ich werde bald mal einen Bluttest machen lassen, damit ich nicht spekulieren muss.

Trotzdem interessiert es mich natürlich, wodurch so eine Veränderung des Unterkiefers kommen kann. Also die Pubertät habe ich schon lange hinter mir und Steroide nehme ich auch keine. Vielleicht liegt es auch daran, dass ich seit ca. 1,5 Jahren viel Sport treibe.

Wie auch immer, ich vermute irgendein Supplement als Auslöser.

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?
Posted by [Helveticus](#) on Sun, 08 Mar 2009 22:34:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also Sport hat da wohl keinen Einfluss.

Also mein Calcium Wert ist erhöht. Warum sollte das Auswirkungen haben?

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?
Posted by [Skanatic](#) on Mon, 09 Mar 2009 10:21:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nimmst irgendwelche Proteinprodukte zum Muskelaufbau ein? Die Amis hauen da nämlich gerne das bei ihnen legale GH rein und das führt mit der Zeit zu einem "kräftigen" Unterkiefer.

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?
Posted by [backflash](#) on Mon, 09 Mar 2009 12:05:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe tatsächlich eine Zeit lang Eiweißdrinks getrunken und ernähre mich auch sonst eher eiweißlastig (Pute, Quark etc.). Insgesamt kommt mir mein Körper recht massig vor, obwohl ich kein Workout oder Bodybuilding mache, sondern eher Jogging und Cardiotraining.

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?
Posted by [Helveticus](#) on Mon, 09 Mar 2009 20:44:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich mach zwar auch Krafttraining, aber Protein nehm ich nicht zusätzlich.

Kommt jetzt von Zink oder von Calcium der breitere Unterkiefer? Also Calcium ist bei mir an der Grenze bzw. knapp darüber, ich trinke zur Zeit aber auch vermehrt Cola Zero um den Calcium

Gehalt zu reduzieren.

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Wed, 11 Mar 2009 19:54:36 GMT

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

Skanatic schrieb am Mon, 09 März 2009 11:21Nimmst irgendwelche Proteinprodukte zum Muskelaufbau ein? Die Amis hauen da nämlich gerne das bei ihnen legale GH rein und das führt mit der Zeit zu einem "kräftigen" Unterkiefer.

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?

Posted by [Sssnake](#) on Wed, 11 Mar 2009 21:56:59 GMT

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

Wow! Das zeugt von Informiertheit. GH ist auch in den USA ohne "prescription" absolut nicht legal, wirkt nur per subkutaner Injektion und ist so sauteuer, dass es sicher niemand in irgendein 19,99-Dollar-Proteinkonzentrat reinhaut.

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?

Posted by [backflash](#) on Thu, 12 Mar 2009 09:13:06 GMT

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

Sssnake hat recht! Abgesehen davon trainiere ich ja nicht auf einen Zuwachs an Masse, denn mich interessiert eher die Definition als die Masse.

Ich habe früher zur Regeneration, als ich intensives Lauf- und Radtraining betrieben habe, NEMs eingenommen, die zusätzlich Arginin und Gaba enthielten. Sie sollen ja angeblich auch die natürliche HGH-Ausschüttung beim Schlafen anregen.

Das ist aber bestimmt schon 3 Jahre her.

Aber diese Veränderung am Körper und besonders am Unterkiefer stelle ich erst in letzter Zeit fest. Womit wir wieder beim Thema wären

Also die eiweißreiche Ernährung könnte schon mal ein Grund sein.

Aber auch auf den Kieferknochen?

Kleine Ergänzung: Ich meine übrigens mit Unterkiefer nicht die ausgeprägte Spitze (Michael Schumacher), sondern die Breite (David Coulthard)...wobei ich mit keinem von beiden Ähnlichkeit habe

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?

Posted by [Sonic Boom](#) on Thu, 12 Mar 2009 12:57:50 GMT

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

Bei Schwarzenegger soll es so gewesen sein. Hab ich jedenfalls mal gehört daß sein Unterkiefer/Kinn größer wurde durch den ganzen Steroidmist. Aber daß das durch Zink passiert, kann ich mir fast nicht vorstellen.

Bist du eigentlich noch unter 20?

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?

Posted by [backflash](#) on Thu, 12 Mar 2009 16:12:04 GMT

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

@ Sonic Boom: Nein, ich bin über 30. Deshalb schrieb ich ja, dass ich die Pubertät schon lange hinter mir habe.

Du meinst wahrscheinlich Akromegalie, aber mit Steroiden hatte ich nie etwas zu tun.

Subject: Re: Veränderung des Unterkiefers durch Zink?

Posted by [Sssnake](#) on Thu, 12 Mar 2009 16:27:45 GMT

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

Steroide werden zum WACHSTUMSSTOPP bei Riesenwuchs eingesetzt. (Wachstumsfuge ...)
Steroide im Sport = Testosteron und dessen Abkömmlinge

GH = Wachstumshormon = Akromegalie = andere Baustelle (Hypophyse im Gegensatz zu Hoden)

Zu Schwarzeneggers Zeiten war GH nicht gebräuchlich, bzw. wenn es schon erhältlich war, völlig unerschwinglich.

Erst mit dem (relativ) billig gentechnisch erzeugten China-Wachs hielt GH Einzug im Bodybuilding. Und das war definitiv nach Schwarzeneggers Blütezeit.
