

---

Subject: diff. Haarausfall wegen Kreatin?

Posted by [sharpanator](#) on Mon, 06 Jul 2009 16:38:57 GMT

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

---

Hallo,

könnte es einen Zusammenhang geben mit der Nahrungsergänzung Kreatin (nein nicht Keratin ) für Sportler und Bodybuilder und diffusen Haarausfall. Wie ich schon in anderen Themen schrieb leide ich seit einem halben Jahr an starken Haarausfall der meiner Meinung Diffus ist, also ich verliere auch im Haarkranz sehr stark Haare und ich meine sogar auch am Körper.

Ich bin zur Zeit am überlegen woher dass kommt und ich hatte immer meine Schilddrüsenunterfunktion im Verdacht, was ja auch richtig wäre aber vor 4 Monaten hatte ich mal für kurze Zeit einen Weight Gainer eingenommen, ein Eiweiss Produkt mit Kreatin. Komischerweise finde ich im Netz sogar häufig Fragen zu Kreatin und Haarausfall Mein Bruder der schon seit Jahren Krafttraining macht nimmt auch Kreatin und er hat sehr liches Haar bekommen. Ich habe das Produkt denke ich über 3 Wochen eingenommen, 4 Monate später könnte ja hinkommen mit den Auswirkungen

---

---

Subject: Re: diff. Haarausfall wegen Kreatin?

Posted by [Yes No](#) on Mon, 06 Jul 2009 17:04:58 GMT

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

---

Es ist zwar nicht plausibel aber nichts scheint unmöglich. So habe ich zB mir mal Carnitin (Acetyl-L-Carnitin) gekauft im guten Glauben, dass die Substanz aber rein garnicht mein Haar affektieren würde - leider falsch, bereits einen Tag nach Einnahme fingen die Haare an auszufallen; ich also sofort gestoppt - und kein Haarausfall mehr, wieder angefangen, wieder gleiches Spiel; die Sache einem anderen gegeben ohne Angabe der wahren Gründe - Tage später kommt der Mann zu mir und sagt, dass ihm auf einmal die Haare vom Kopf fallen... Naja, Haarausfall hatte ich bevor ich mit Creatin angefangen habe und nun nehme ich es schon eine langer Zeit und damit habe ich bzgl Haarausfall nichts auffälliges bemerkt. Aber jeder ist da anders. Wie gesagt, es ist unwahrscheinlich aber nicht unmöglich.

---

---

Subject: Re: diff. Haarausfall wegen Kreatin?

Posted by [sharpanator](#) on Mon, 06 Jul 2009 19:28:33 GMT

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

---

dann wohl doch die Schilddrüsen Hormone. Carnitin? Das ist doch dieser Fat Burner Stoff, hat mein Bruder mal gehabt. Creatin wird ja auch vom Körper produziert aber in diesen ganzen Produkten sind ja dann synthetische Stoffe drinn. Ich esse seit einem halben Jahr z.B auch immer eine Vitamin Tablette und da sind ja auch keine frischen Vitamine drinn, hab mir es geholt wegen Folsäure und sowas.

---