
Subject: Raucher und Nichtraucher

Posted by [Atzeglatze](#) on Mon, 17 Aug 2009 10:48:44 GMT

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

Mich würde mal interessieren ob es Leute mit HA gegeben hat die rauchten und mit dem rauchen aufgehört haben. Wie wirkt sich das auf den HA aus?

Man sagt ja das das Rauchen die Durchblutung schädigt. Ich frag mich nur wieviel man rauchen muss bis es eine durchblutungsschädigende Wirkung hat. Ich rauche nicht mehr als 10 Zigaretten p. Tag.

Wie wirkt sich Kaffeekonsum aus?

Schokolade?

Subject: Re: Raucher und Nichtraucher

Posted by [Gauloises](#) on Mon, 17 Aug 2009 11:24:40 GMT

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

Ich habe - ja sehr passend zu meinem Namen - vor einiger Zeit aufgehört zu rauchen. So lustig es klingt, aber ich glaube das Rauchen wirkt sich sogar positiv auf die Haare aus. Nach meinem Rauchstop war ich selbst nach fast 4 Wochen oft noch ziemlich gereizt und bin bei jeder Kleinigkeit unter die Decke gegangen. Habe dann mal im Internet geforstet und entdeckt, dass der Testosteronspiegel mit dem Rauchstop ansteigt - sprich Nikotin drückt den Testosteronspiegel in Teilen runter - so habe ich es zumindest gelesen!

Subject: Re: Raucher und Nichtraucher

Posted by [Atzeglatze](#) on Mon, 17 Aug 2009 18:05:09 GMT

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

Und? Hat sich Dein Status verbessert?

Subject: Re: Raucher und Nichtraucher

Posted by [Balle](#) on Tue, 18 Aug 2009 09:01:50 GMT

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

Gauloises schrieb am Mon, 17 August 2009 13:24Ich habe - ja sehr passend zu meinem Namen - vor einiger Zeit aufgehört zu rauchen. So lustig es klingt, aber ich glaube das Rauchen wirkt sich sogar positiv auf die Haare aus. Nach meinem Rauchstop war ich selbst nach fast 4 Wochen oft noch ziemlich gereizt und bin bei jeder Kleinigkeit unter die Decke gegangen. Habe dann mal im Internet geforstet und entdeckt, dass der Testosteronspiegel mit dem Rauchstop ansteigt - sprich Nikotin drückt den Testosteronspiegel in Teilen runter - so habe ich es zumindest gelesen!

Mag schon sein, aber der Testospiegel würde ja nach dem Aufhören kein unnatürlich hohes Niveau erreichen und sich deshalb bestimmt nicht signifikant auf die AGA auswirken.

Subject: Kleines Nichtraucherupdate...
Posted by [Atzeglatze](#) on Tue, 27 Jul 2010 06:03:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Seit ich mit dem rauchen aufgehört habe ist es nun ein Jahr her. Bezüglich des HA kann ich keine Verbesserung feststellen. Die AGA schlich aber weiter voran d.h. noch weniger Haare. Insgesamt aber viel besseres Wohlbefinden ohne Zigaretten!!

Subject: Aw: Kleines Nichtraucherupdate...
Posted by [hairmaster](#) on Tue, 27 Jul 2010 10:04:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi,

also die gereiztheit nach dem rauchstop, hat meiner meinung nach nix mit dem testo zu tun. es hängt einfach damit zusammen, das du bei jeder zigarette nikotin aufnimmst, was wiederum im gehirn dopamin freisetzt.

wenn man nun aufhört hat man entzugserscheinungen, man ist im prinzip nicht süchtig nach nikotin, sondern nach dopamin. nikotin dockt an receptoren im gehirn an. nach dem aufhören hat man mehr solcher andockrezeptoren und es braucht wochen bzw. monate bis der körper sich wieder angepasst hat.

Subject: Aw: Kleines Nichtraucherupdate...
Posted by [Darkthunder](#) on Tue, 27 Jul 2010 11:48:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Wirkung von Nikotin und das Nikotin selbst ist meines Erachtens ein Pfifferling im Gegensatz zu den x zusätzlichen Stoffen in einer Kippe, die nicht nur jegliche Sucht verstärken, sondern selbst extrem abhängig machen.

Ich bin jetzt auf ne elektrische Zigarre umgestiegen (von ca. 35 am Tag auf Null) und habe vor zweieinhalb Monaten meine letzte Zigarette geraucht. In den elektrischen ist ausser Nikotin und Propylenglykol sowie Aromen nichts im Dampf, kein Teer, kaum Feinstaub, keine sonstigen zusätzlichen Sachen wie Arsen, Ammoniumchlorid und sonstige Verbrennungsergebnisse. Der Entzug in den ersten zwei Wochen war extrem.

Subject: Aw: Re: Raucher und Nichtraucher
Posted by [HirschGeweih](#) on Tue, 27 Jul 2010 14:07:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gauloises schrieb am Mon, 17 August 2009 13:24Ich habe - ja sehr passend zu meinem Namen - vor einiger Zeit aufgehört zu rauchen. So lustig es klingt, aber ich glaube das Rauchen wirkt sich sogar positiv auf die Haare aus. Nach meinem Rauchstop war ich selbst nach fast 4 Wochen oft noch ziemlich gereizt und bin bei jeder Kleinigkeit unter die Decke gegangen. Habe dann mal im

Internet geforstet und entdeckt, dass der Testesteronspiegel mit dem Rauchstop ansteigt - sprich Nikotin drückt den Testesteronspiegel in Teilen runter - so habe ich es zumindest gelesen!

lol wie geil darauf zünd ich mir erstmal ne kippe an

Subject: Aw: Raucher und Nichtraucher
Posted by [Fin](#) on Tue, 27 Jul 2010 18:04:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

glaub ich kaum, rauchen schadet der duchblutung, schadet der haut, lässt schneller altern und macht krank. es wäre absurd, zu denken, dass das rauchen, keinen negativen einfluss auf die haare hätte.

Subject: Aw: Raucher und Nichtraucher
Posted by [hairmaster](#) on Tue, 27 Jul 2010 18:22:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sicherlich wird rauchen einen negativen einfluss auf das haar haben. aber die entzugssache ist kopfsache. eigentlich ist die nikotinabhängigkeit ein witz, im vergleich zu alkoholkranken oder drogensüchtigen. ich rauche auch selber und ich habe es schon oft versucht aufzuhören. einmal versuchte ich es mit einer tablette namens champix und ihr werdet es nicht glauben das ding hat echt angeschlagen. der wirkstoff blockiert das nikotin an den rezeptoren im gehirn. man hat automatisch kein bock mehr auf eine zigarette oder man vergisst sie von selbst. leider hatte ich damals gedacht nach einem monat einnahme brauche ich die nicht mehr und schwups fluppe an und wieder mittendrin. champix ist sehr teuer und wird von pfizer hergestellt, wen wunderts.

demnächst werd ich noch so ein versuch starten mit champix

Subject: Aw: Kleines Nichtraucherupdate...
Posted by [Schneeball](#) on Wed, 28 Jul 2010 09:21:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Darkthunder schrieb am Tue, 27 July 2010 13:48Die Wirkung von Nikotin und das Nikotin selbst ist meines Erachtens ein Pfifferling im Gegensatz zu den x zusätzlichen Stoffen in einer Kippe, die nicht nur jegliche Sucht verstärken, sondern selbst extrem abhängig machen.

Ich bin jetzt auf ne elektrische Zigarre umgestiegen (von ca. 35 am Tag auf Null) und habe vor zweieinhalb Monaten meine letzte Zigarette geraucht. In den elektrischen ist ausser Nikotin und Propylenglykol sowie Aromen nichts im Dampf, kein Teer, kaum Feinstaub, keine sonstigen zusätzlichen Sachen wie Arsen, Ammoniumchlorid und sonstige Verbrennungsergebnisse. Der Entzug in den ersten zwei Wochen war extrem.

Einmal Raucher...,immer raucher!

Subject: Aw: Kleines Nichtraucherupdate...

Posted by [Darkthunder](#) on Wed, 28 Jul 2010 12:52:22 GMT

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

Schneeball schrieb am Wed, 28 July 2010 11:21Darkthunder schrieb am Tue, 27 July 2010 13:48Die Wirkung von Nikotin und das Nikotin selbst ist meines Erachtens ein Pfifferling im Gegensatz zu den x zusätzlichen Stoffen in einer Kippe, die nicht nur jegliche Sucht verstärken, sondern selbst extrem abhängig machen.

Ich bin jetzt auf ne elektrische Zigarre umgestiegen (von ca. 35 am Tag auf Null) und habe vor zweieinhalb Monaten meine letzte Zigarette geraucht. In den elektrischen ist ausser Nikotin und Propylenglykol sowie Aromen nichts im Dampf, kein Teer, kaum Feinstaub, keine sonstigen zusätzlichen Sachen wie Arsen, Ammoniumchlorid und sonstige Verbrennungsergebnisse. Der Entzug in den ersten zwei Wochen war extrem.

Einmal Raucher...,immer raucher!

Schwachsinn! Per Definition an sich ist das kein Rauchen mehr, weil kein Rauch mehr entsteht.

Subject: Aw: Kleines Nichtraucherupdate...

Posted by [Schneeball](#) on Thu, 29 Jul 2010 08:23:01 GMT

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

Darkthunder schrieb am Wed, 28 July 2010 14:52Schneeball schrieb am Wed, 28 July 2010 11:21Darkthunder schrieb am Tue, 27 July 2010 13:48Die Wirkung von Nikotin und das Nikotin selbst ist meines Erachtens ein Pfifferling im Gegensatz zu den x zusätzlichen Stoffen in einer Kippe, die nicht nur jegliche Sucht verstärken, sondern selbst extrem abhängig machen.

Ich bin jetzt auf ne elektrische Zigarre umgestiegen (von ca. 35 am Tag auf Null) und habe vor zweieinhalb Monaten meine letzte Zigarette geraucht. In den elektrischen ist ausser Nikotin und Propylenglykol sowie Aromen nichts im Dampf, kein Teer, kaum Feinstaub, keine sonstigen zusätzlichen Sachen wie Arsen, Ammoniumchlorid und sonstige Verbrennungsergebnisse. Der Entzug in den ersten zwei Wochen war extrem.

Einmal Raucher...,immer raucher!

Schwachsinn! Per Definition an sich ist das kein Rauchen mehr, weil kein Rauch mehr entsteht.

Ich meinte nicht deine Zigarette

Subject: Aw: Kleines Nichtraucherupdate...
Posted by [Darkthunder](#) on Thu, 29 Jul 2010 08:28:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ach so...

Subject: Aw: Raucher und Nichtraucher
Posted by [Joxx](#) on Thu, 29 Jul 2010 12:32:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

einige machen aber auch ein drama aus dem aufhören, ich hab vor 2 jahren einfach von heute auf morgen aufgehört und keine zigarette geraucht, hier und da wurde mir mal eine angeboten aber ich hatte einfach keine lust mehr.

wenn ich sehe wieviel einige für nikotinplaster, bücher , alternativen und professionelle hilfe ausgeben und dann trotzdem wieder rückfällig werden, kann ich nur den kopf schütteln. schon alleine weil man immer das gleiche hört "ich hab schon so oft versucht aufzuhören" , "man kann einfach nich aufhören" oder "ich werde auf lights umsteigen und immer weniger rauchen". wenn soviel planung drinnen steckt kanns ja nichts werden.
