
Subject: Für immer jung!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 14 Mar 2006 22:06:31 GMT

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

Ich möchte gern mit 40 noch so ausschauen wie mit 20!
Ist das möglich? Ich werde im Mai 22.

Ich habe gelesen, die Hunzas sehen mit 80 so aus wie unser einer mit 40. Dann müssten die 40jährigen doch auch so aussehen wie die 20jährigen, oder?

Ich denke da an: Super biologische Lebensweise, viele Antioxidantien, Kolloidales Silberwasser und auch von Außen Vitamin E.

Es gibt da auf dem Anti-Aging-Gebiet ziemlich viele Mittel...

Z.b. Dr Strunz (Forever Young-Autor) schreibt in seinen Büchern, dass man mit denken, ernähren, bewegen sich für immer jung halten kann. Außerdem verrät er in seinen Büchern, wie man mit bestimmten Mineralien und Vitaminen Hormone selbst herstellen kann. Z.B. ergibt eine hohe Chrom-Zufuhr eine gewaltige Ausschüttung des FOREVER YOUNG-Hormons DHEA!!

Ist das nicht sensationell? Ich habe natürlich Dr. Strunz`s Ratschläge befolgt und esse reichlich Chrom und natürlich auch alle anderen Vitamine, die mich jung halten.

Was hält Ihr davon?

Subject: Re: Für immer jung!

Posted by [Quick](#) on Tue, 14 Mar 2006 22:14:25 GMT

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

ab-2007-volles-haar schrieb am Die, 14 März 2006 23:06Ich möchte gern mit 40 noch so ausschauen wie mit 20!
Ist das möglich? Ich werde im Mai 22.

Ich habe gelesen, die Hunzas sehen mit 80 so aus wie unser einer mit 40. Dann müssten die 40jährigen doch auch so aussehen wie die 20jährigen, oder?

Ich denke da an: Super biologische Lebensweise, viele Antioxidantien, Kolloidales Silberwasser und auch von Außen Vitamin E.

Es gibt da auf dem Anti-Aging-Gebiet ziemlich viele Mittel...

Z.b. Dr Strunz (Forever Young-Autor) schreibt in seinen Büchern, dass man mit denken, ernähren, bewegen sich für immer jung halten kann. Außerdem verrät er in seinen Büchern, wie man mit bestimmten Mineralien und Vitaminen Hormone selbst herstellen kann. Z.B. ergibt eine hohe Chrom-Zufuhr eine gewaltige Ausschüttung des FOREVER YOUNG-Hormons DHEA!!

Ist das nicht sensationell? Ich habe natürlich Dr. Strunz`s Ratschläge befolgt und esse reichlich Chrom und natürlich auch alle anderen Vitamine, die mich jung halten.

Was hält Ihr davon?

alles pille palle, forever junghormon dhea forever bleibt niemand jung! nichtmal dr.strunZ! und mit dem kolloidalen silber muss man dazu noch was sagen?!

Quick

Subject: Re: Für immer jung!

Posted by [MedTech](#) on Tue, 14 Mar 2006 23:23:30 GMT

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

loooooool wer kann schon strunz ernst nehmen??? der grinst als wäre er dauerbekifft, direkt unheimlich der mensch

ich werde euch mit euren alternativen behandlungsmethoden nie verstehen. eure gurus sind doch alles leute mit sehr zweifelhaften methoden die nur auf geld aus sind. kein mensch käme auf die idee, bei zahnschmerzen magische wundersteine aufs fensterbrett zu legen, nur bei krankheiten ohne allumfassende "schulmedizinische" heilung meinen einige dass wundertinkturen mit der pisse der letzten drei dalai lamas die einzige rettung ist.

und bitte hör auf mit dieser scheisse von den hunzas. ein hamburgeressender gestresster großstädter hat eine höhere lebenserwartung als deine hunzas. genauso, wie man es eigentlich auch von einem volk ohne medizinische versorgung, das in den unzugänglichen bergen pakistans lebt erwarten kann. siehe mal hier

Subject: Re: Für immer jung!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 15 Mar 2006 00:00:03 GMT

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

Du weißt schon, dass jeder Hans und Franz bei Wikipedia irgendein dummes Zeug reinschreiben kann, ohne dass es auch nur annähernd auf Wahrheit überprüft wird?

Google mal lieber und informiere dich RICHTIG!

Subject: Re: Für immer jung!

Posted by [pilos](#) on Wed, 15 Mar 2006 00:16:58 GMT

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

ab-2007-volles-haar schrieb am Mit, 15 März 2006 01:00Du weißt schon, dass jeder Hans und Franz bei Wikipedia irgendein dummes Zeug reinschreiben kann, ohne dass es auch nur annähernd auf Wahrheit überprüft wird?

Google mal lieber und informiere dich RICHTIG!

vertue dich mal nicht.....

Subject: Re: Für immer jung!
Posted by [Figaro03](#) on Wed, 15 Mar 2006 08:37:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Na ganz ehrlich @2007,
du kannst zwar einiges versuchen, und vielleicht wird es dir sogar gelingen, bis zu 5 Jahre herauszuholen was das Aussehen angeht, womöglich sogar GESundheit, aber altern müssen wir eben nun alle!
Schon alleine die kosmische Strahlen zerstört dein Erbgut. Ganz zu schweigen von dem ganz normalen Zelltod, den nun mal niemand bisher aufhalten kann.
Also mache dir da mal medizinisch nicht alzu große HOffnung!

Subject: Re: Für immer jung!
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Wed, 15 Mar 2006 09:33:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Du weißt schon, dass jeder Hans und Franz bei Wikipedia irgendein dummes Zeug reinschreiben kann, ohne dass es auch nur annähernd auf Wahrheit überprüft wird?

Nur in der Wikipedia?

Subject: @2007
Posted by [otto_m](#) on Wed, 15 Mar 2006 09:51:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hatte mal eine Weile beruflich in Pakistan zu tun und uns wurde auch einen Führer gestellt, der selbstverständlich u.a. dem Burushaski mächtig war. Nun war ich zwar nicht im Hunzatal, aber in vergleichbaren Tälern. Was ich da an Armut, Mangelernährung / Unterversorgung und Krankheit gesehen habe, kannst du dir nicht im Traum vorstellen. Kann mir nicht vorstellen, warum ein Tal weiter paradiesische Zustände herrschen sollten...

Gruß
Hunza-Otto

Subject: Re: @2007

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 15 Mar 2006 11:03:31 GMT

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

Informiert Euch lieber mal genauer zum Thema "Hunzas" statt hier gleich so einen Blödsinn zu posten.

Ständig gibt es Fernsehberichte, Zeitschriften-Artikel und und und zum Thema der extrem langlebigen Hunzas!

Glaubt Ihr etwa, das ist alles frei erfunden?

Das Biologische Alter des Menschen ist 120!

Warum werden die meisten Menschen dann nur durchschnittlich 70-80 Jahre alt?

Schlechte Ernährung, Mc-Donalds-Food, Zucker, Handystrahlen, chemische Putzmittel und und und... All das macht uns alt.

Ich möchte zurück kommen zur Natur und mich natürlich ernähren, fröhlich sein ohne Chemie, so wie die Natur es vorgesehen hat.

Aber ich merke schon, ihr habt eh keine Ahnung davon.

Besser ich geh ins "Forever Young-Forum", da wird mir sicher geholfen

Subject: Re: @2007

Posted by [Quick](#) on Wed, 15 Mar 2006 11:06:56 GMT

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

ab-2007-volles-haar schrieb am Mit, 15 März 2006 12:03 Informiert Euch lieber mal genauer zum Thema "Hunzas" statt hier gleich so einen Blödsinn zu posten.

Ständig gibt es Fernsehberichte, Zeitschriften-Artikel und und und zum Thema der extrem langlebigen Hunzas!

Glaubt Ihr etwa, das ist alles frei erfunden?

Das Biologische Alter des Menschen ist 120!

Warum werden die meisten Menschen dann nur durchschnittlich 70-80 Jahre alt?

Schlechte Ernährung, Mc-Donalds-Food, Zucker, Handystrahlen, chemische Putzmittel und und und... All das macht uns alt.

Ich möchte zurück kommen zur Natur und mich natürlich ernähren, fröhlich sein ohne Chemie, so wie die Natur es vorgesehen hat.

Aber ich merke schon, ihr habt eh keine Ahnung davon.

Besser ich geh ins "Forever Young-Forum", da wird mir sicher geholfen

erinnert mich irgendwie an 11880

Quick

Subject: Re: @2007

Posted by [MedTech](#) on Wed, 15 Mar 2006 11:32:36 GMT

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

ab-2007-volles-haar schrieb am Mit, 15 März 2006 12:03 Ständig gibt es Fernsehberichte, Zeitschriften-Artikel und und und zum Thema der extrem langlebigen Hunzas!

Glaubt Ihr etwa, das ist alles frei erfunden?

das weit entfernte wunderland in den bergen pakistans mit eingeborenen die die magische formel des ewigen lebens gefunden haben. mensch junge, pack den rucksack und mach dir selbst ein bild in pakistan, aber verschone uns mit irgendwas was du in google oder einer frauenzeitschrift gelesen hast. oder geh zu den zwerge nach mitteleerde, die werden bis zu 250 jahre alt und können dir sicher helfen

ich will dich jetzt nicht beleidigen, aber entweder hast du nicht gerade die schnellste auffassungsgabe was inhalte und argumentation angeht (manche posts scheinst du ja gar nicht zu verstehen), oder du willst dich einfach nur wichtig machen..... beides ist sehr nervtötend.

wenn du meinst dass wir hier nicht aufgeschlossen genug sind, probier es doch mal im Alternativ-forum.

Subject: Re: @2007

Posted by [pietrasch](#) on Wed, 15 Mar 2006 12:10:55 GMT

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

ab-2007-volles-haar schrieb am Mit, 15 März 2006 12:03 Informiert Euch lieber mal genauer zum Thema "Hunzas" statt hier gleich so einen Blödsinn zu posten.

Ständig gibt es Fernsehberichte, Zeitschriften-Artikel und und und zum Thema der extrem langlebigen Hunzas!

Glaubt Ihr etwa, das ist alles frei erfunden?

Das Biologische Alter des Menschen ist 120! Warum werden die meisten Menschen dann nur durchschnittlich 70-80 Jahre alt?

Schlechte Ernährung, Mc-Donalds-Food, Zucker, Handystrahlen, chemische Putzmittel und und und... All das macht uns alt.

Ich möchte zurück kommen zur Natur und mich natürlich ernähren, fröhlich sein ohne Chemie, so wie die Natur es vorgesehen hat.

Aber ich merke schon, ihr habt eh keine Ahnung davon.

Besser ich geh ins "Forever Young-Forum", da wird mir sicher geholfen

oh ja, und alle gehen mit güldenen locken und adoniskörper ins grab! oder etwa doch nich?

Subject: Re: Für immer jung!

Posted by [Figaro03](#) on Wed, 15 Mar 2006 12:30:28 GMT

Also um jetzt mal wieder ein wenig vom Streitgespräch wegzukommen.

Habe jetzt auch mal geschaut, was an den Hunzas eigentlich so besonders sein soll:
Zitat: Bis vor wenigen Jahrzehnten waren die Hunzas mehr oder weniger hermetisch von der Außenwelt abgeschlossen. Die Felder der Hunzas brachten nicht das ganze Jahr über genügend Nahrung hervor, so dass die Hunzas jedes Jahr gezwungen waren, oft mehrere Wochen im Frühjahr zu fasten bis im Juni endlich die Gerste reif wurde. Während dieser von der Natur erzwungenen Fasten-Zeit bearbeiteten die Hunzas ihre Felder oder erneuerten ihre durch Lawinen zerstörten Bewässerungsgräben.

Zitat von www.heilfastenkur.de

Ich denke man kann sicherlich zustimmen, dass Fasten helfen kann, die Gesundheit zu verbessern, sofern man sonst ausreichend versorgt wird. Hier kann man beispielsweise den Versuch mit den Mäusen erwähnen, die von Geburt an hungern mussten und dadurch ein bis zu 1/3-verlängertes Leben hatten. Nach Aussage der Wissenschaftler lag das an erhöhten Melatonin-Produktion. Der Magen schüttet mehr Melatonin aus, wenn er keine Nahrung zugeführt bekommt. Mitunter deswegen hört man auch auch des öfteren von dem "Dinner-Canceling"! 1-2 mal in der Woche ist man abends ab 5 Uhr nichts mehr, und bewirkt so eine verstärkte Melatonin-Ausschüttung und eine damit verbundene GH-Ausschüttung. (Growing-Hormon)

WER sich auch ein wenig über Heilfasten informiert, wird merken, dass es sehr gesund ist. Sowohl für Geist und Körper. Giftstoffe werden ausgespült und vielfach fühlen sich die Leute dannach und währenddessen viel besser als sonst.

Wenn also die Hunzas durch FAsTen und eine säure-armere Ernährung länger und besser lebten könnte ich das durchaus nachvollziehen.

wie oben mal gesagt 5 Jahre kann man sicherlich rausholen. Vielleicht muss ich mich auch korrigieren und man kann sogar noch ein paar Jährchen mehr herausholen. Allerdings eben immer im beschränkten Maße und in Relation zur eigenen Genetik.

Beispielsweise wird nie im Leben jeder die Ratschläge von Dr. Kunze durchführt, auch später so strahlend (verstrahlt) jung aussehen wie der gute Mann. Das ist mit sehr hoher Wahrscheinlichkeit reine Veranlagung.

Ich kenne selbst auch einen: Raucht, isst kein Obst, nimmt keine Vitamine zu sich, und Sport war jahrelang ein Fremdwort.

Und trotzdem könnte man meinen, er wäre statt seinen 33 Jahren nur 27 oder 26.

Das ist wirklich vielfach Veranlagung.

Subject: Re: Für immer jung!

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 15 Mar 2006 12:38:06 GMT

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

sehr schöner post...

Subject: Re: Für immer jung!
Posted by [tristan](#) on Wed, 15 Mar 2006 14:21:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh Mann, hast du das Buch etwa immernoch? Ist für mich ziemlich unverständlich...

"Google mal lieber und informiere dich RICHTIG!"

Den Tipp könnte man dir geben !

<http://www.benbest.com/lifeext/aging.html>
http://www.sciencedirect.com/science?_ob=JournalURL&_cdi=4940&_auth=y&_acct=C000050221&_version=1&_urlVersion=0&_userid=10&md5=2f29861bd144c796ae910a5106070e28

Kauf dir dochmal DHEA ! Und schau dann was es mit deinen Haaren anstellt, zumal ich in Erinnerung habe dass dein Wert nicht gerade tief war. Ich glaube ich habe das auch schonmal geschrieben...Was dein Strunz Buch dir nicht sagt ist dass DHEA (abgesehen von der Rolle als Neurosteroid) ein Prohormon ist. Und es kommt immer auf den enzymatischen Abbau/Aufbau an ob es ganz am Ende zu DHT oder E2 wird. Der im AntiAging Bereich gepriesene verjüngende Effekt baut auf der Annahme auf dass ein Mangel besteht, wodurch es auch zum E2 Mangel kommen kann, der mit DHEA möglicherweise aufgehoben wird, das ist der Hauptpunkt für die vermeintliche Antiaging Wirkung. Ab einer bestimmten Höhe wird DHEA jedoch immer zu Androgenen umgewandelt, und diesen Punkt hast du mit deinem DHEA Wert eh schon überschritten.. Dann macht DHEA Haarausfall, Akne und beschleunigt den Alterungsprozess... es ist ein Gaba-Rezeptorantagonist und ich habe neue Texte gelesen die sagen dass es kognitive Funktionen verschlechtern kann... Also, falls du irgendwann an dem Punkt bist und merkst dass dir das Strunz Buch nicht wirklich was bringt und über komplexe Inhalte nur die halbe Wahrheit erzählt kann ich dir nur empfehlen es einzutauschen gegen Leidenbergers Endokrinologie, und für Antiaging Bücher übers Gehirn und Journale über freie Radikale...Wenn du richtig googeln kannst, dann wirst du diese Seiten finden...und auch viele Bücher zum Thema... z.b.

C. Behl, Estrogen - mystery drug for the brain? Wien/New York: Springer-Verlag, 2001

Subject: Re: Für immer jung!
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 15 Mar 2006 14:35:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Netter Beitrag Tristan, aber wie Du weißt ist der HA erblich bedingt! Daher würde sich wohl der HA auch kaum verringern lassen, nur weil ich weniger DHEA im Blut hätte. Das einzige was da hilft, sind DHT-Blocker.

Zu DHEA gibt es viele Studien die zeigen: Je jünger ein Mensch, desto mehr DHEA hat er im Blut! Je älter, desto weniger...
Deshalb werde ich auch weiterhin reichlich CHROM zu mir nehmen, um meinen DHEA-Wert auch weiterhin hoch zu halten.
Und außerdem befindet sich mein DHEA-Wert im absoluten Normbereich!

Subject: du machst dir noch zuviel mühe
Posted by [MedTech](#) on Wed, 15 Mar 2006 14:43:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

echt, jede dieser schwachsinnfragen von 2007 haut in die gleiche kerbe. ich habe jedenfalls keinen bock zu tippen um anderleuts geltungsbedürfnis zu befriedigen, und ich kann auch jedem andern nur raten solche threads einfach zu übergehen.

tja egal wo man hingeht, ob im internet oder im RL, es gibt immer EINEN der aus persönlicher entscheidung heraus negativ auffallen möchte

Subject: Re: Für immer jung!
Posted by [mare](#) on Wed, 15 Mar 2006 15:18:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ab2007 hör endlich damit auf und informier dich richtig über AGA!!!
(Zitat: "Was ist NAC?") Ich denke dazu muss man nicht mehr viel sagen!
ich glaube du sitzt nur zu hause rum und surfst im net und liest in büchern, die deinen idealen entsprechen (alternativ, natürlich, ursprünglich), was an sich nich negativ ist, ABER...

... ich glaube du liest hier NULL sondern bist fast nur am sinnfreien POSTEN!!!!

INFORMIER DICH!!!

mare

p.s.: in spätestens 3-4 monaten wirst du einsehen dass du dir ein andren nick zulegen musst, sorry wenns hart klingt, ich wünschs dir wirklich nich! wünsche niemandem AGA...

Subject: Re: Für immer jung!
Posted by [tristan](#) on Wed, 15 Mar 2006 15:45:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"Netter Beitrag Tristan, aber wie Du weißt ist der HA erblich bedingt! Daher würde sich wohl der HA auch kaum verringern lassen, nur weil ich weniger DHEA im Blut hätte. Das einzige was da hilft, sind DHT-Blocker."

Ok, Preisfrage: Woher kommt DHT? Solange du ein paar grundlegende Prinzipien zum Thema Hormone nicht kennst hat es keinen Sinn dir Tipps zu geben. Und du scheinst dich an dem Bild festzuhalten das dir das Strunz Buch vermittelt.

Versteh es doch endlich, DHEA-S wird zu DHT im Zielgewebe (Haut, Prostata,...alles was Androgenrezeptoren besitzt) !!!!! Das geschieht über verschiedene Enzyme die DHEA erst zu Androstendion und zu Testo und dann zu DHT abbauen. Und "DHT Blocker" helfen weil sie die Umwandlung von Testo zu DHT HEMMEN!! Jetzt zähle mal bitte 1 und 1 zusammen... und falls du es immernoch nicht wahrhaben willst suche dir folgenden Text:
The Role of Hormones in Pilosebaceous Unit Development

"Zu DHEA gibt es viele Studien die zeigen: Je jünger ein Mensch, desto mehr DHEA hat er im Blut! Je älter, desto weniger...
Deshalb werde ich auch weiterhin reichlich CHROM zu mir nehmen, um meinen DHEA-Wert auch weiterhin hoch zu halten.
Und außerdem befindet sich mein DHEA-Wert im absoluten Normbereich!"

Es kommt mir vor als würdest du da alles machen nur um dein Gewissen zu beruhigen. Du ignorierst geradezu bestimmte Tatsachen. Nur mal nebenbei die ANzahl der Texte die es zum Thema DHEA alleine auf pubmed gibt: 8974.
Weißt du auch warum der DHEA Spiegel abnimmt? Und woher DHEA kommt? Vielleicht findest du es raus...

Aber mach was du willst.

Subject: woher?
Posted by [fuselkopf](#) on Wed, 15 Mar 2006 16:04:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

woher kommt dhea nochmal? ich weiß nicht mehr genau ob es aus progesteron umgewandelt wird oder anders rum ... wohl eher anders rum und dhea entsteht in der nnr aus irgendwelchen lipoproteinen oder so? ^^ ka

Subject: Re: woher?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 15 Mar 2006 16:51:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fuselkopf,

im Buch "Forever young" steht`s drin!

Dr Strunz ist mein absoluter Lieblings-Autor!

Alleine schon das Lachen und seine (riesigen) Augen sind einfach originell! Siehe Bild (rechts)

Subject: Re: woher?

Posted by [mare](#) on Wed, 15 Mar 2006 16:53:31 GMT

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

ab-2007-volles-haar schrieb am Mit, 15 März 2006 17:51Fuselkopf,

im Buch "Forever young" steht`s drin!

Dr Strunz ist mein absoluter Lieblings-Autor!

Alleine schon das Lachen und seine (riesigen) Augen sind einfach originell! Siehe Bild (rechts)

haha der sieht einfach aus wie zu viel aufm assi-toaster und ne gute packung drogen (der blick^^)...

Subject: Re: woher?

Posted by [otto_m](#) on Wed, 15 Mar 2006 17:05:58 GMT

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

den haarstatus vom dr. strunz finde ich allerdings nicht so berauschend

gruß otto

Subject: Re: woher?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 15 Mar 2006 17:52:10 GMT

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

mare schrieb am Mit, 15 März 2006 17:53ab-2007-volles-haar schrieb am Mit, 15 März 2006 17:51Fuselkopf,

im Buch "Forever young" steht`s drin!

Dr Strunz ist mein absoluter Lieblings-Autor!

Alleine schon das Lachen und seine (riesigen) Augen sind einfach originell! Siehe Bild (rechts)

haha der sieht einfach aus wie zu viel aufm assi-toaster und ne gute packung drogen (der blick^^)...

Sicher nimmt er Drogen! Die da heißen: Vitamin C, Vitamin E, Zink, Selen (...)

Subject: Re: woher?

Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Wed, 15 Mar 2006 18:12:06 GMT

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

Wie alt ist der Mann? Den Haarstatus fände ich für AGA und bei dem Alter, in dem ich ihn schätze, schon nicht schlecht!

Subject: über 60

Posted by [fuselkopf](#) on Wed, 15 Mar 2006 18:34:30 GMT

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

strunz hat schon ahnung... aber!

als einstieg ist es ganz okay... man muss sich halt nach und nach intensiver mit der thematik beschäftigen, denn forever young ist für die breite masse, und keine fachliteratur ^^
