
Subject: nac, opc, msm

Posted by [chris437](#) on Sat, 18 Mar 2006 03:20:02 GMT

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

hallo,

neben fin (seit jahren) möchte ich jetzt mit oben genannten beginnen:

NAC (250mg) morgens und abends

MSM (500mg) morgens

OPC200 (200mg) morgens

Multivit (daily two) morgens und abends

neben dem vieldiskutierten nac, wirkt lt www.warnkevit.com auch opc antioxidativ. msm ist entzündungshemmend und wirkt angeblich gegen ekzeme (hab SE).

allerdings stellt sich mir immer wieder die frage nach der dosierung. bringen diese dosierungen überhaupt etwas? oder ist es bereits viel zuviel (=ungesund)? steht überall, man soll den arzt vor der einnahme befragen ...

hab vor kurzem einen bluttest gemacht (allerdings nur wenige werte - mehr konnte der arzt nicht, weil es nicht von der krankenkasse bezahlt wird) - da war, ausser den leberwerten (weit erhöht - trinke jetzt mal keinen alkohol, schauen ob es besser wird) alles in ordnung.

kann mir vielleicht jemand etwas dazu sagen?

chris

Subject: Re: nac, opc, msm

Posted by [kaya](#) on Sat, 18 Mar 2006 15:33:14 GMT

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

zu viel ist das nicht.

chris437 schrieb am Sam, 18 März 2006 04:20hallo,

neben fin (seit jahren) möchte ich jetzt mit oben genannten beginnen:

NAC (250mg) morgens und abends

MSM (500mg) morgens

OPC200 (200mg) morgens

Multivit (daily two) morgens und abends

neben dem vieldiskutierten nac, wirkt lt www.warnkevit.com auch opc antioxidativ. msm ist entzündungshemmend und wirkt angeblich gegen ekzeme (hab SE).

allerdings stellt sich mir immer wieder die frage nach der dosierung. bringen diese dosierungen überhaupt etwas? oder ist es bereits viel zuviel (=ungesund)? steht überall, man soll den arzt

vor der einnahme befragen ...

hab vor kurzem einen bluttest gemacht (allerdings nur wenige werte - mehr konnte der arzt nicht, weil es nicht von der krankenkasse bezahlt wird) - da war, ausser den leberwerten (weit erhöht - trinke jetzt mal keinen alkohol, schauen ob es besser wird) alles in ordnung.

kann mir vielleicht jemand etwas dazu sagen?
chris

Subject: Re: nac, opc, msm
Posted by [chris437](#) on Mon, 20 Mar 2006 18:23:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich denke schon lange darüber nach, anstatt fin, avo zu nehmen. aber vor dem hab ich erst recht etwas schiss.

naja, mal sehen
chris

Subject: Re: nac, opc, msm
Posted by [Wüstenmungo](#) on Mon, 20 Mar 2006 19:35:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi. nehme fin auch wieder seit einem jahr und bei mir schlägts gut an. würde mir überlegen, ob ich dutasterid nehmen würde, wenn fin gut wirkt. ich würde dutasterid als letzte maßnahme versuchen, wenn sich durch fin keine zufriedenstellende wirkung (mehr) erzielen läßt. nem nehme ich auch, kann aber nicht unbedingt eine wirkung bezüglich des haarwuchses absehen! gruß mungo