

---

Subject: MSM Pulver oder Tabletten?

Posted by [Desmond](#) on Wed, 14 Jul 2010 23:56:39 GMT

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

---

Habe diesbzüglich keinen hilfreichen link finden können und frage mich ob es ein Unterschied bei der Wirkungsweise von MSM in Pulver oder Tablettenform gibt? Welches benutzt ihr und warum?

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?

Posted by [pilos](#) on Thu, 15 Jul 2010 04:58:27 GMT

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

---

Desmond schrieb am Thu, 15 July 2010 02:56 Habe diesbzüglich keinen hilfreichen link finden können und frage mich ob es ein Unterschied bei der Wirkungsweise von MSM in Pulver oder Tablettenform gibt? Welches benutzt ihr und warum?

der geschmack...

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?

Posted by [Desmond](#) on Thu, 15 Jul 2010 09:54:06 GMT

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

---

[pilos](#) schrieb am Thu, 15 July 2010 06:58

der geschmack...

---

ok, der Pulver hat einen bitteren Geschmack, kann man aber z.b. mit Orangensaft trinken damit es erträglicher ist, sonst noch irgendwelche Vor-und Nachteile?

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?

Posted by [pilos](#) on Thu, 15 Jul 2010 14:16:56 GMT

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

---

Desmond schrieb am Thu, 15 July 2010 12:54[ sonst noch irgendwelche Vor-und Nachteile?

der preis....

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Desmond](#) on Thu, 15 Jul 2010 15:16:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Thu, 15 July 2010 16:16Desmond schrieb am Thu, 15 July 2010 12:54[ sonst noch irgendwelche Vor-und Nachteile?

der preis....

o` realy?

Dann gibts noch MSM in Kapseln oder Tablettenform, habe mich dann letztendlich für Tabletten von folgenden Hersteller entschieden:

[http://www.kalahealthgermany.com/msm\\_products\\_de.htm](http://www.kalahealthgermany.com/msm_products_de.htm)

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [pilos](#) on Thu, 15 Jul 2010 15:27:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Desmond schrieb am Thu, 15 July 2010 18:16pilos schrieb am Thu, 15 July 2010 16:16Desmond schrieb am Thu, 15 July 2010 12:54[ sonst noch irgendwelche Vor-und Nachteile?

der preis....

o` realy?

Dann gibts noch MSM in Kapseln oder Tablettenform, habe mich dann letztendlich für Tabletten von folgenden Hersteller entschieden:

[http://www.kalahealthgermany.com/msm\\_products\\_de.htm](http://www.kalahealthgermany.com/msm_products_de.htm)

was willste mit diesem wucher....

[http://shop.ebay.de/i.html?\\_nkw=msm%20kapseln&\\_fln=1&\\_sc=1&\\_sop=15&\\_ssov=1&\\_trksid=p3286.c0.m282&\\_mPrRngCbx=1&\\_udlo=8&\\_udhi=9%2C9](http://shop.ebay.de/i.html?_nkw=msm%20kapseln&_fln=1&_sc=1&_sop=15&_ssov=1&_trksid=p3286.c0.m282&_mPrRngCbx=1&_udlo=8&_udhi=9%2C9)

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Desmond](#) on Thu, 15 Jul 2010 15:41:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Thu, 15 July 2010 17:27

was willste mit diesem wucher....

Bei OptiMSM™ Produkten ist höchste Qualität und Reinheit gewährleistet, lies mal dazu den Beitrag von Professor Dr. Stanley Jacob, der Entdecker der medizinische Anwendung von MSM.

Zitat:Ich möchte ein wichtiges Thema herzustellen, nicht nur im Zusammenhang mit MSM, sondern auch wegen aller anderen Nahrungssupplemente, die erhältlich sind. Das Thema ist Reinheit und Stärke. Mit dem populärer Werden von MSM sind auch viele ähnliche Produkte auf den Markt gekommen. Seien Sie auf der Hut vor Material, das gefälscht, verschmutzt oder von einer geringeren Stärke ist als nötig um effektiv zu sein. Es stellt sich heraus, dass einige Marken mit schweren Metallen, Schimmeln oder Mikroben verschmutzt sind. Andere Marken waren mit Epson Salzen verdünnt, manchmal sogar mit 50%. Das beunruhigt mich sehr, nicht nur weil Verschmutzungen schädlich sind für die Gesundheit, sondern auch weil die Effektivität von MSM ganz und gar von der Qualität und von den Materialien, aus denen es hergestellt wird, abhängig ist.

Darum empfehle ich immer ein Produkt, das OptiMSM™ heißt. OptiMSM™ ist der Markenname von MSM, produziert in den Vereinigten Staaten von Bergstrom Nutrition (vorher: Cardinal Nutrition), dem Sonderfabrikanten in Vancouver, Washington. Ich habe die verschiedenen Marken evaluiert und ich betrachte OptiMSM™ als die beste Qualität, die vorhanden ist. Es ist die einzige, die ich selber verwenden will oder anderen empfehle. Bergstrom Nutrition war vor mehr als zehn Jahren der erste kommerzielle Produzent von MSM. Heutzutage sind sie noch immer die Einzigen, die Topqualität liefern. Ich werde mit Bergstrom Nutrition weiter zusammenarbeiten und werde sie in all ihren Untersuchungen begleiten.

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [HirschGeweih](#) on Thu, 15 Jul 2010 15:46:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Desmond schrieb am Thu, 15 July 2010 17:41 pilos schrieb am Thu, 15 July 2010 17:27

was willstest du mit diesem wucher....

Bei OptiMSM™ Produkten ist höchste Qualität und Reinheit gewährleistet, lies mal dazu den Beitrag von Professor Dr. Stanley Jacob, der Entdecker der medizinische Anwendung von MSM.

und andere produkte in deutschland sind also schlechter? mit unseren strengen vorschritten und angaben...

vielleicht sollte ich auch mal nen shop aufmachen und sowas da reinschreiben... regt wie man sieht doch die leute immer wieder zum kaufen an auch wenn der preis viel zu hoch ist....

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [pilos](#) on Thu, 15 Jul 2010 15:54:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Desmond schrieb am Thu, 15 July 2010 18:41

Bei OptiMSM™ Produkten ist höchste Qualität und Reinheit gewährleistet, lies mal dazu den Beitrag von Professor Dr. Stanley Jacob, der Entdecker der medizinische Anwendung von MSM.

Zitat: Ich möchte ein wichtiges Thema herausstellen, nicht nur im Zusammenhang mit MSM, sondern auch wegen aller anderen Nahrungssupplemente, die erhältlich sind. Das Thema ist Reinheit und Stärke. Mit dem populärer Werden von MSM sind auch viele ähnliche Produkte auf den Markt gekommen. Seien Sie auf der Hut vor Material, das gefälscht, verschmutzt oder von einer geringeren Stärke ist als nötig um effektiv zu sein. Es stellt sich heraus, dass einige Marken mit schweren Metallen, Schimmeln oder Mikroben verschmutzt sind. Andere Marken waren mit Epson Salzen verdünnt, manchmal sogar mit 50%. Das beunruhigt mich sehr, nicht nur weil Verschmutzungen schädlich sind für die Gesundheit, sondern auch weil die Effektivität von MSM ganz und gar von der Qualität und von den Materialien, aus denen es hergestellt wird, abhängig ist.

Darum empfehle ich immer ein Produkt, das OptiMSM™ heißt. OptiMSM™ ist der Markenname von MSM, produziert in den Vereinigten Staaten von Bergstrom Nutrition (vorher: Cardinal Nutrition), dem Sonderfabrikanten in Vancouver, Washington. Ich habe die verschiedenen Marken evaluiert und ich betrachte OptiMSM™ als die beste Qualität, die vorhanden ist. Es ist die einzige, die ich selber verwenden will oder anderen empfehle. Bergstrom Nutrition war vor mehr als zehn Jahren der erste kommerzielle Produzent von MSM. Heutzutage

sind sie noch immer die Einzigen, die Topqualität liefern. Ich werde mit Bergstrom Nutrition weiter zusammenarbeiten und werde sie in all ihren Untersuchungen begleiten.

na klar...kaufe es von mir...das von den anderen ist vergammelt....

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Desmond](#) on Thu, 15 Jul 2010 15:58:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ansonsten halt von Peak Performance MSM, billiger gehts glaube ich nicht, zumindest in Tablettenform.

[http:// www.amazon.de/Peak-Perfomance-MSM-Kapseln-Dose/dp/B002E6JV4O/ref=sr\\_1\\_4?ie=UTF8&s=drugstore&qid=1279209131&s\\_r=8-4](http://www.amazon.de/Peak-Perfomance-MSM-Kapseln-Dose/dp/B002E6JV4O/ref=sr_1_4?ie=UTF8&s=drugstore&qid=1279209131&s_r=8-4)

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [tvtotalfan](#) on Thu, 15 Jul 2010 21:52:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bei makana billig qualitativ sehr gutes MSM kaufen.

Dann bei ebay Gelatinekapseln kaufen, Größe 00 oder noch größer.

Vit.C in Apo kaufen, pulverform

10% Vit C. im Verhältnis zum MSM beimischen.

Verkapseln (am Besten mit dünnen Plastikhandschuhen).

= Beste Lösung, qualitativ als auch preislich

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Fin](#) on Fri, 16 Jul 2010 07:04:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ Desmond

Du nervst einfach nur noch, mehr nicht

Kauf doche einfach das teure, was frägst du da uns, wenn du mit so lächerlichen Aussagen und Artikeln die ganze Zeit ankommst. Kauf einfach und nerv nicht, wenn man dir was versucht zu erklären, weißt du es eh besser und frägst aber trotzdem hier

Kauf dir das originale Propecia für 200 Euro, hol dein essen am besten in der Herstellung direkt ab, kauf deine Klamotten direkt beim schneider usw... aber nerv nicht.  
War mein letzter Beitrag in bezug auf diesen Mainstream-manipulierten Typen.

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Desmond](#) on Fri, 16 Jul 2010 12:50:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Pablo1 schrieb am Fri, 16 July 2010 09:04@ Desmond

Du nervst einfach nur noch, mehr nicht  
Kauf doche einfach das teure, was frägst du da uns, wenn du mit so lächerlichen Aussagen und Artikeln die ganze Zeit ankommst. Kauf einfach und nerv nicht, wenn man dir was versucht zu erklären, weißt du es eh besser und frägst aber trotzdem hier

Kauf dir das originale Propecia für 200 Euro, hol dein essen am besten in der Herstellung direkt ab, kauf deine Klamotten direkt beim schneider usw... aber nerv nicht.  
War mein letzter Beitrag in bezug auf diesen Mainstream-manipulierten Typen.

Was willst du?!

Anscheinend hat 6mg Propecia bei dir voll eingeschlagen, sonst würdest du hier nicht wie ein Wahnsinniger alle Treads vollspammen.

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Marc1234](#) on Fri, 16 Jul 2010 12:52:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Anscheinend hat 6mg Propecia bei dir voll eingeschlagen, sonst würdest du hier nicht wie ein Wahnsinniger alle Treads vollspammen.

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Kane187](#) on Mon, 19 Jul 2010 15:05:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Thu, 15 July 2010 17:27Desmond schrieb am Thu, 15 July 2010 18:16pilos schrieb am Thu, 15 July 2010 16:16Desmond schrieb am Thu, 15 July 2010 12:54[ sonst noch

irgendwelche Vor-und Nachteile?

der preis....

o` realy?

Dann gibts noch MSM in Kapseln oder Tablettenform, habe mich dann letztendlich für Tabletten von folgenden Hersteller entschieden:

[http://www.kalahealthgermany.com/msm\\_products\\_de.htm](http://www.kalahealthgermany.com/msm_products_de.htm)

was willste mit diesem wucher....

[http://shop.ebay.de/i.html?\\_nkw=msm%20kapseln&\\_fln=1&\\_sc=1&\\_sop=15&\\_ssov=1&\\_trksid=p3286.c0.m282&\\_mPrRngCbx=1&\\_udlo=8&\\_udhi=9%2C9](http://shop.ebay.de/i.html?_nkw=msm%20kapseln&_fln=1&_sc=1&_sop=15&_ssov=1&_trksid=p3286.c0.m282&_mPrRngCbx=1&_udlo=8&_udhi=9%2C9)

von 1000mg sind da aber nur 870mg msm drinnen  
würde ich nicht kaufen

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Desmond](#) on Mon, 19 Jul 2010 17:15:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Kane187 schrieb am Mon, 19 July 2010 17:05

von 1000mg sind da aber nur 870mg msm drinnen  
würde ich nicht kaufen

Danke, ist mir überhaupt nicht aufgefallen, die von OptiMSM scheinen aber I.O. zu sein siehe link.

<http://www.well-power.de/pdf/OptiMSM-Zertifikat.gif>

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [pilos](#) on Mon, 19 Jul 2010 17:46:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Kane187 schrieb am Mon, 19 July 2010 18:05

von 1000mg sind da aber nur 870mg msm drinnen  
würde ich nicht kaufen

bei dem schleuderpreis auch noch meckern...

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [pilos](#) on Mon, 19 Jul 2010 17:51:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Desmond schrieb am Mon, 19 July 2010 20:15Kane187 schrieb am Mon, 19 July 2010 17:05

von 1000mg sind da aber nur 870mg msm drinnen  
würde ich nicht kaufen

Danke, ist mir überhaupt nicht aufgefallen, die von OptiMSM scheinen aber I.O. zu sein siehe  
link.

<http://www.well-power.de/pdf/OptiMSM-Zertifikat.gif>

das zertifikat sagt doch gar nix aus...das netz ist voll mit solche zertifikate...

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Kane187](#) on Mon, 19 Jul 2010 19:55:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Mon, 19 July 2010 19:46Kane187 schrieb am Mon, 19 July 2010 18:05



von 1000mg sind da aber nur 870mg msm drinnen  
würde ich nicht kaufen

bei dem schleuderpreis auch noch meckern...

hier du geizkragen

<http://www.vitaminexpress.net/msm/ultrapure-msm/prod6995.htm> I

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [HirschGeweih](#) on Thu, 22 Jul 2010 19:49:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Mon, 19 July 2010 19:51 Desmond schrieb am Mon, 19 July 2010 20:15 Kane187  
schrieb am Mon, 19 July 2010 17:05

von 1000mg sind da aber nur 870mg msm drinnen  
würde ich nicht kaufen

Danke, ist mir überhaupt nicht aufgefallen, die von OptiMSM scheinen aber I.O. zu sein siehe  
link.

<http://www.well-power.de/pdf/OptiMSM-Zertifikat.gif>

das zertifikat sagt doch gar nix aus...das netz ist voll mit solche zertifikate...

zertifikat made in germany immerhin

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Treblig](#) on Fri, 23 Jul 2010 08:39:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nimmt hier jemand MSM-Pulver zusammen mit Vitamin C-Pulver? Also ein Glas Saft in dem das  
Pulver und das MSM zusammen aufgelöst wird und dann oral ab damit...?

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [buddi](#) on Fri, 23 Jul 2010 10:14:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

kleine dumme Frage..  
Aber was erhofft man sich von MSM in Bezug auf die Haare?  
Mikroentzündungen am Follikel stoppen??

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Desmond](#) on Fri, 23 Jul 2010 13:57:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

buddi schrieb am Fri, 23 July 2010 12:14: kleine dumme Frage..  
Aber was erhofft man sich von MSM in Bezug auf die Haare?  
Mikroentzündungen am Follikel stoppen??

Zitat: MSM - das gesunde Multitalent

Schwefel ist ein lebenswichtiges mineralisches Element im menschlichen Stoffwechsel. Es ist am Aufbau von Hormonen, Enzymen und Proteinen im ganzen Körper beteiligt. Schwefel ist auch entscheidend für die Bildung von Keratin, Kollagen und Elastin. Diese sind für die Festigkeit und Struktur des Bindegewebes, der Knorpeln, der Haut, der Nägel sowie für kräftige Haare verantwortlich.

MSM (Methylsulfonylmethan) ist eine biologisch aktive Schwefelverbindung. Es besteht zu 34% aus reinem Schwefel und ist somit ein hochkonzentrierter natürlicher Lieferant dieses lebenswichtigen Mineralstoffs für Gesundheit und Vitalität.

Hemmt Entzündungen und Schmerzen

Entzündungen und Schmerzen treten fast immer gemeinsam auf. Grund dafür ist, dass die durch die Entzündung hervorgerufene Gewebsschwellung auf die umliegenden Nerven drückt und Schmerzen auslöst. MSM hat gezeigt, dass es die Durchlässigkeit der Zellmembran für körpereigene schmerzhemmende Hormone wie z.B. Cortison auf das betroffene Gewebe optimiert und so deren Wirkung verbessert. Weiters wirkt es über den Abtransport von Gewebsflüssigkeit abschwellend und fördert die Durchblutung und Nährstoffversorgung des kranken Gewebes. MSM entspannt die Muskeln, welche ebenfalls zu Schmerzen führen kann. Klinische Studien belegen auch, dass MSM durch die Unterdrückung der Schmerzleitung entlang der Nervenfasern schmerzlindernd wirkt.

Es muss jedoch beachtet werden, dass MSM kein Medikament ist, dessen Wirkung sofort einsetzt. Oft dauert es Tage, bis man eine Verbesserung spürt. Der Vorteil ist jedoch, dass es absolut keine Nebenwirkungen hat und man es über einen unbegrenzten Zeitraum einnehmen kann. Deshalb ist MSM eine natürliche Möglichkeit, Entzündungen und Schmerzen dauerhaft erfolgreich zu bekämpfen.

Hilft bei Gelenkschmerzen

Wissenschaftler haben entdeckt, dass entzündete Gelenke eine niedrigere Schwefelkonzentration haben als gesunde. Deshalb ist MSM vor allem als Gelenknährstoff bekannt geworden. MSM lindert Gelenkschmerzen, indem es das Gelenk mit biologisch aktivem Schwefel versorgt und dadurch schmerz- und entzündungslindernd wirkt. Gleichzeitig reduziert es den Knorpelabbau, erhöht die Durchblutung und entspannt verhärtete Muskulatur.

Ideal bei Sportverletzungen

Aufgrund seiner abschwellenden, knorpelaufbauenden, entzündungshemmenden und schmerzlindernden Eigenschaft ist MSM bei Sportverletzungen ideal. Empfohlen wird es bei Verstauchungen, Zerrungen, Bänderrissen, Prellungen und Schmerzen der Muskeln und Gelenke, um den Heilungsprozess zu beschleunigen.

Schwefel - das "Schönheitsmineral"

Eine gesunde Haut sowie schöne Haare und Nägel haben einen sehr hohen Gehalt an Schwefel. Dieser ist entscheidend für die Bildung von Keratin, dem Baustein, der Haare dicker und Nägel härter macht. Schwefel macht auch die Haut elastischer und straffer, indem es den Aufbau von Kollagen und Elastin im Bindegewebe fördert. So wirkt MSM der Faltenbildung entgegen und lässt uns jünger aussehen.

Was kann MSM für Sie tun?

Aufgrund seiner vielfältigen positiven Eigenschaften wird MSM von Ärzten für Gesundheit und Vitalität sowie zur Unterstützung der Heilungsprozesse empfohlen. Dazu zählen:

Allgemeine Wirkung auf den Körper

- \* reduziert Schmerzen
- \* reduziert Entzündungen
- \* steigert die Blutzirkulation

Gelenke und Knorpeln

- \* fördert den Knorpelaufbau
- \* hilft bei rheumatischer Polyarthritis
- \* lindert Rückenschmerzen
- \* hilft bei Fibromyalgie-Syndrom
- \* hilft bei Gelenkschmerzen
- \* reduziert Gichtbeschwerden

Nervensystem

- \* lindert Migräne
- \* hilft bei Nervenschmerzen

Magen, Darm und Blase

- \* stärkt die Schleimhaut im Darmtrakt
- \* hilft bei chronischer Verstopfung
- \* stärkt die Schleimhaut der Harnwege

## Immunsystem

- \* senkt die Autoimmunreaktion
- \* mildert Allergien
- \* beugt Erkältungen vor

## Bindegewebe und Anti-Aging

- \* stärkt das Bindegewebe
- \* verbessert die Elastizität der Haut
- \* reduziert die Faltenbildung
- \* verlangsamt den Alterungsprozess
- \* hilft bei Akne und trockener Haut
- \* beschleunigt die Wundheilung
- \* fördert das Wachstum der Haare
- \* kräftigt die Nägel

## Sport & Fitness

- \* hilft bei Tennisellbogen
- \* hilft bei Schleimbeutelentzündungen
- \* hilft bei Sehnenscheidenentzündung
- \* lindert Zerrungen und Verstauchungen
- \* entspannt verhärtete Muskeln

Noch Fragen?

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Fin](#) on Sun, 12 Sep 2010 14:00:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ob das alles stimmt? na ja

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Gianni](#) on Fri, 03 Jun 2011 19:42:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wieviel mg sollte ich von dem msm nehmen?  
Und wieviel Vitamin c dazu? Ist das Vitamin c überhaupt wichtig?

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [kamps](#) on Fri, 09 Sep 2011 15:15:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ich nehme MSM auch in Pulverform und ergänze das ganze indem ich mir das ganze auch auf den Kopf schmier und was soll ich sagen - mein Haarausfall ist aktuell seit ca 3 wochen GANZ gestoppt .....

KEIN WITZ :

leide rhab ich nenn beschiesenen Status , sprich mit jetzt 45 jahren schon nen weit vorangeschriteten ausfall , trotz Finasterid seit es auf dem markt ist verschlechtert sich mein Zustand ( wenn auch merklich langsamer )

Ich nehme das MSM von Markana und rühre es so lange in wasser ein bis es gesättigt ist , das ganze dann mit Pipette auf den kopf und kurz einreiben ( geht nur abends da der ganz KOPf dann wie nen Kalksteinhöhle aussieht oder aber man nimmt ein bisschen weniger )

Hab die dumme angewohnheit, das ich immer wenn ich was neues veruche denn Zupftest mache, sprich ich nehm ein Büschel meiner Haare in die hand und ziehe dran leicht , hab danach immer 3-4 Haare in der hand ....

jetzt nach MSM gar keiens mehr , ich muss 5-6 mal ziehen dann hab ich ggf mal eines in der hand

und der hammer ist es wirkte sofort , ich habs 2 tage am stück gemacht ( urlaub und Mütze drauf, idealer test mal am wochenede ) morgens und abends reichlich und das ergebnis war sofort da , seitdem meine ich auch kelinste häärchen zu endeckne ( hier kann ich mich aber täuschen muss da est noch abwarten )

ich hoffe ihr denkt jetzt nicht ich will euch verarschen , ist wirklich so , bitte versucht es und gebt hier rückmeldung wies bei euch anschlägt

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [kamps](#) on Fri, 09 Sep 2011 15:17:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

laut den studein verbessert Vitamin c die wirkung  
die menge in Pulverform , nen drittel esslöffel gestrichen ggf auhc nen haklben , überdosieren kannst e es eigentlich nicht , selbst bei massiven überdosierunegn in tests gab es keien nedenwirkungen

---

---

Subject: Aw: MSM Pulver oder Tabletten?  
Posted by [Teardrops](#) on Sat, 17 Sep 2011 11:59:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Was wie nach Chemie klingt,ist pure Natur!

Es ist der Stoff, der uns beim Zwiebelschneiden die Tränen in die Augen treibt, in Milch, Tomatenmark und Tee usw. enthalten ist und ein ernährungsphysiologischer Tausendsassa in unserem Stoffwechsel ist.

MSM ist an einer Vielzahl von Stoffwechselfvorgängen beteiligt (Anti-Aging, Blutzirkulation, Immunsystem, Gelenkaufbau, Sexualesystem usw.) und von Sportlern (am besten in Kombination mit Vitamin C und Grüntee- sowie Traubenkernextrakt und Glucosamin) zum Schutz vor Gelenkproblemen eingesetzt.

aber was soll msm schon beim haarausfall positiv bewirken?????