
Subject: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [pepe](#) on Thu, 19 Aug 2010 11:28:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo zusammen,

ich treibe mich ja hier schon länger nicht mehr rum und habe mich auch langsam aber sicher mit dem HA abgefunden...

und zwar geht es um folgendes... ne bekannte die in der apo arbeitet meinte zu mir ich sollte mir vit.b12 spritzen, weil 2 ihrer kunden damit zugenommen hätten... (ich wollte unbedingt was zunehmen, hat aber nie geklappt...)

gesagt getan, hab mittlerweile 7kg an muskelmasse zugenommen (durchs training). dazu trinke ich auch so 1 bis 2 mal die woche nen eiweißshake...

genau dafür bin ich auf der suche nach versuchskaninchen... 2 mal die woche ne injektion mit b12 und 1 bis 2 eiweißshakes die woche... seit dem spielt sich auf meinem kopf echt was kraßes ab... jetzt würde ich durch euch gerne erfahren ob es am b12 und eiweiß liegt bzw. es dadurch kommt das die haare wieder wachsen. andere sachen nehmen ich gar nicht mehr... schon länger nicht...

würde mich freuen wenn sich jemand finden lässt.

gruß,

pepe

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Marc1234](#) on Thu, 19 Aug 2010 11:36:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:gesagt getan, hab mittlerweile 7kg an muskelmasse zugenommen (durchs training). dazu trinke ich auch so 1 bis 2 mal die woche nen eiweißshake...

In welchem Zeitraum denn?

Ich halte es für unwahrscheinlich, dass B12 oder der Shake 1x die Woche massiv am Muskelaufbau beteiligt sein. B12 kurbelt den Stoffwechsel an und du wirst mehr gegessen haben. Woher weißt du dass die 7kg reine Muskelmasse sind?

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Fin](#) on Thu, 19 Aug 2010 14:00:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

auch schon gemacht, vit b 12 steigert die viatlität und man hat mehr hunger, man kann aber auch schnell pickel bekommen. einfach mal in einigen bodybuilding foren kucken. machen viele um das testo spritzen zu lernen.

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [blub123](#) on Thu, 19 Aug 2010 14:25:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

viel interessanter ist doch die von pepe beschriebene Wirkung auf seinen Kopfhaarwuchs, oder?

Viele haben Vit B12 in ihren NEM's und beschreiben eine geringe bis keine Wirkung...
Der Arzt meines Großvaters hat ihm letztens auch Vitb12 in Spritzenform verschrieben, weil er meinte, dass man es in Kapselform gering bis gar nicht aufnimmt....

Hat ein AGA-Experte ne Idee?

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Fin](#) on Thu, 19 Aug 2010 14:32:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

blub123 schrieb am Thu, 19 August 2010 16:25viel interessanter ist doch die von pepe beschriebene Wirkung auf seinen Kopfhaarwuchs, oder?

Viele haben Vit B12 in ihren NEM's und beschreiben eine geringe bis keine Wirkung...
Der Arzt meines Großvaters hat ihm letztens auch Vitb12 in Spritzenform verschrieben, weil er meinte, dass man es in Kapselform gering bis gar nicht aufnimmt....

Hat ein AGA-Experte ne Idee?

so ist es auch, es muss gespritzt werden. oral kann es der körper fast nicht aufnehmen.

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [blub123](#) on Thu, 19 Aug 2010 15:09:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tja und wie schaut's mit ner eventuellen Vitalisierung der Follikel aus?

Dann kann man es doch auch nicht (gut) über die Nahrung aufnehmen?!

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Fin](#) on Thu, 19 Aug 2010 15:18:14 GMT

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

hatte es selber mal ne zeit lang genommen, aber nen positiven effekt auf die haare konnet ich nicht feststellen. außerdem ist es auch etwas doof, seiner umwelt zu verklickern, das man nun andauernd "spritzebesteck" benutzt

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [blub123](#) on Thu, 19 Aug 2010 15:22:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn's helfen würde, wär's doch wurst!

gesteigerter Haarwuchs Nebenwirkungslos wär doch super...
Mit dem Spritzenbesteck muss man ja keinem sagen

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Fin](#) on Thu, 19 Aug 2010 15:30:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ist aber doof wenn man bei seinen eltern wohnt, außerdem ist das echt doof sich andauernd da nen schuss zu setzen. glaube eher, das ist einbildung bei dem kollegen...

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [HirschGeweih](#) on Thu, 19 Aug 2010 16:40:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenn das so wirken würde hätten alle bodybuilder schon längst volles haar.

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [blub123](#) on Thu, 19 Aug 2010 17:41:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

die bodybuilder hauen sich aber auch alles rein

Einbildung kann natürlich gut sein...

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Fin](#) on Thu, 19 Aug 2010 19:32:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also neue haare werdne defintiv nicht von b12 sprießen, aber die gestigerte vitalität, kann

natürlich dazu führen, dass man sich einfach besser fühlt und die aga auch anders sieht...

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [pepe](#) on Thu, 19 Aug 2010 21:07:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

klar... ich sehe die aga anders bzw nehme sie anders wahr, oder bilde mir den neuen haarwuchs ein... das wirds wohl sein!!! und meine umgebung fühlt sich wahrscheinlich auch vitaler weil ich es mir spritze und bildet es sich wahrscheinlich deswegen auch ein...

also leute, mir ist's egal was ihr denkt und glaubt zu wissen, fakt ist das bei mir die haare wachsen seit ich eiweiß plus b12 nehme... ich will hier auch keinen überreden irgend etwas zu nehmen oder zu versuchen... ich wollte es lediglich posten falls es jemand ausprobieren möchte. jedenfalls ist's gesünder als der ganze andere kack den ich mir damals reingepiffen habe (siehe signatur) und den ihr euch noch reinpfeifen werdet...

und die schlußfolgerung das alle BB volles haar haben müssten ist auch irrsinn, denn die nehmen ganz andere sachen. außerdem ist b12-injekt. nicht weit verbreitet bzw. nicht weit bekannt das es zu diesem zweck wirkungsvoll ist... bzw. nicht soweit bekannt wie der ganze andere misst.

aber ok, ich wollte hier auch gar nicht lange rumdiskutieren und rumphilosophieren was aus welchem grund wie, wo und warum wirken würde oder könnte.

ich wollte es nur posten, falls sich jemand für ein paar euro daran probieren möchte und dann sein statement hier abgeben kann.

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [blub123](#) on Thu, 19 Aug 2010 21:47:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Naja ich nehme zum Beispiel fin und Spiro topisch..
Irgendwie finde ich, dass es schon etwas anderes ist, sich ne lotion auf die Rübe zu schmieren (ohne Nw), als sich ne spritze zu setzen....
Gut, dass du so extrovertiert reagiert hast!
Deine Aussage wirkt klar und bei vollem Verstand...
Das kann man nicht zwingend von jedem Post behaupten..
Aber ein Profi wie Pilos oder so, müsste doch dazu mal ne Aussage tätigen können?Also bezüglich der möglichen Aga-bezogenen Wirkweise

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Joux](#) on Fri, 20 Aug 2010 01:07:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hört sich interessant an, in so einem eimer mit eiweißpulver sind um die 50 verschiedene stoffe, aus meiner sicht is es vorstellbar das es zu einer synergie kommt zwischen einer erhöhten b12 zufuhr und einigen stoffen des eiweißpulver, was sich positiv auf die haare auswirken kann. aber um deine theorie beweisen zu können brauchst du auch bilder, ich mein als bodybuilder is man doch immer stolz auf sein körper und lässt sich gerne fotografieren. da müsstest du doch paar vorher nachher bilder haben oder?

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [jochenknochen](#) on Fri, 20 Aug 2010 05:31:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielleicht hattest den HA ja auch nur wegen Vitaminmangel?
Wie war das Ausfallmuster?
Hast vorher schon mal NEMs probiert?

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Legende](#) on Fri, 20 Aug 2010 11:00:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Pepe

Ich hab auch das Problem zu zunehmen bzw. bin ich ein hardgainer, so wie du

Kauf dir ein Gainer wo viel Kolenhydrate sind, dann nimmst du schnell zu.

Ich würd dir raten mit Geschmack

Das was hast du sagst, hört sich auf jedenfall Interessant an, aber besser ist es wenn du mit Bildern das Posten könntest.

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [pilos](#) on Fri, 20 Aug 2010 12:53:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Joxx schrieb am Fri, 20 August 2010 04:07 aber um deine theorie beweisen zu können brauchst du auch bilder,..... da müsstest du doch paar vorher nachher bilder haben oder?

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [pepe](#) on Sat, 21 Aug 2010 10:29:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja hab ich ja eben nicht, es war ja nicht davon auszugehen das sowas passiert bzw. hab ich damit gar nicht gerechnet...

deshalb wäre es gut wenn sich hier jemand finden lassen würde der es probiert und an fotos denkt. so weiß ich dann auch ob es nun wirklich von b12 mit eiweiß kommt... was ja eigentlich nur sein kann, weil ich ja schon länger rein gar nichts mehr nehme...

also, wer interesse hat... ich habe mir ampullen von jenapharm gekauft mit 1000µg (5 stk. kosten so um die 2,70€) und mein eiweiß ist isopreme von ultimate nutrition. müsst zwar nicht genau das gleiche holen weil es recht teuer ist, aber für einen identischen versuch wäre es schon gut das gleiche zu holen. das b12 spritze ich mir übrigens in den bauch...

und bitte an die fotos denken.

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [stefan_h](#) on Sat, 21 Aug 2010 12:58:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich spritze mir 2 mal wöchentlich Vitamin B12 jeweils 1g=1ml subkutan seit 2010/06. Dies mache ich aufgrund meiner sehr häufigen belastungsind. Kopfschmerzen. Da hat es auch Erfolge gezeigt. Ich benötige wesentlich weniger Schmerzmittel als vorher.

Ich glaube nicht, dass B12 den Haarausfall beeinflusst. Dieses Zusammenhang habe ich auch noch nirgendwo gelesen. Es sei denn, du hast irgendwelche Mangel an B12 oder anderen Vitaminen. Aber da ich hier von Glauben und nicht vom Wissen schreibe, werde ich in einigen Monaten mal berichten, was aus meinen Haaren geworden ist.

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Fin](#) on Sat, 21 Aug 2010 13:42:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dann werd ich auch mal wieder mit b12 starten
kennt jemand ein günstiges?

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [stefan_h](#) on Sat, 21 Aug 2010 14:01:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ Fin

Ich nehme Vitamin B12-Injektoras® 1000µgAmp.10x1ml N2 8.69 €. Das ist auch rezeptfrei. Es gibt welche, die noch etwas günstiger sind, aber dieses brennt am wenigsten und hat als weitere Bestandteile nur Natriumchlorid und Wasser f. Inj.-Zwecke.

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Fin](#) on Sat, 21 Aug 2010 14:08:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Stefanm was hattest du für nw unter dut?

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [stefan_h](#) on Sun, 22 Aug 2010 10:56:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ Fin

Als NW hatte ich hauptsächlich verminderten Libido. Und das schon bei einer recht geringen Dosierung.

Schau dir doch mal meinen folgenden Beitrag an, da habe ich alles etwas ausführlicher geschrieben: [http:// www.alopezie.de/fud/index.php/mv/tree/17530/188935/#msg_1889 35](http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/tree/17530/188935/#msg_1889_35)

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [Fin](#) on Sun, 22 Aug 2010 10:59:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

okay, aber verminderte libido finde ich wirklich nicht schlimm. wie hast du die dut's geteilt?

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [stefan_h](#) on Sun, 22 Aug 2010 17:11:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ Fin

Gar nicht. Ich habe nur den Abstand der Einnahme verändert. Aber beim Dut (Avodart) teilen würde ich folgendermaßen vorgehen:

Nehme eine Einweg-Kunststoffspritze (ohne Kanüle). Steche die Dut-Kapsel mit einer Nadel ein und drücke den Inhalt von hinten in die Einweg-Kunststoffspritze (so, dass nichts vorne wieder raus läuft). Den Rest der Einweg-Kunststoffspritze kannst du ja mit Alkohol und/ oder Wasser auffüllen. Anhand der Skala kannst du immer die gleiche Menge entnehmen und z. Bsp. in ein Glas Wasser spritzen. Das müsste eigentlich gehen.

Subject: Aw: "Versuchskaninchen" gesucht
Posted by [pepe](#) on Wed, 25 Aug 2010 11:16:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fin schrieb am Sat, 21 August 2010 15:42dann werd ich auch mal wieder mit b12 starten
kennt jemand ein günstiges?

1000µg von jenapharm... die bekommste hinterhergeschmissen... und wenn's geht kauf dir
irgendwo ein eiweiß und nimm das dazu... von mir aus auch ein billiges aus dem aldi oder dm.

2 injekt. die woche und 2 shakes die woche.
