
Subject: Melatonin/Melanin@Tino
Posted by [Quick](#) on Wed, 23 Nov 2005 20:26:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi tino, du sagtest mal das eine zusätzliche melatonin einnahme hilfreich im synergie programm gegen eine aga sein kann, du weist ja ich lern gerne dazu hab mal etwas im endokrinologie buch rummgeblättert aber nur herausgefunden das absinkendes melanin an dem ergrauen der haare mit beiteiligt mit verantwortlich ist und das melanin mit hilfe des melatonins im körper hergestellt wird. jetzt meine frage: kann es sein das melanin auch eine zellerneuernde eigenschaft bzw. zellbildend ist? habe mich das halt gefragt weil du mal sagtest das du eine melatonine substitution für sinnvoll hältst, hab mich halt nur gefragt wieso du das tust

Quick

Subject: Re: Melatonin/Melanin@Tino
Posted by [tino](#) on Wed, 23 Nov 2005 20:44:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo uick

Melatonin ist ein starker körpereigener Antioxidant, der neben einer verbesserten Melaninsynthese auch Zytokine hemmt, und desweiteren den Estrogenrezeptor beta downreguliert. Ausserdem hält es Glutathion-Peroxidase und Superoxid-Dismutase aufrecht. Worauf der haarwuchsfördernde Effekt letztendlich zurückzuführen ist, weiss niemand genau. Schon klar das der antioxidative Mechanismus da etwas bewirkt, .. aber ich glaube abgesehen von den Feinheiten bz der Mechanismen das Melatonin eine zentrale Rolle im Haarwuchs spielt, .. vor dem erstmaligen Ausfall der Zirbeldrüsenaktivität kann man keine AGA bekommen. Erstaunlicherweise verbessert Melatonin oral auch nachweislich die Serum IGF-1 Werte. Es scheint ziemlich viel zu regulieren, .. es reguliert Wachstum, und deshalb fällt es auch erst nach der Pubertät ab. Androgene verhindern Wachstum, und die DHT Synthese beginnt parallel zum Aussetzen der Zirbeldrüsenaktivität. IGF-1 macht auch Wachstum, und Melatonin scheint es zu beeinflussen.

gruss Tino

Subject: Re: Melatonin/Melanin@Tino
Posted by [tvtotalfan](#) on Wed, 23 Nov 2005 20:47:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wie siehts aus mit Melatonin topisch ? Wenn mans schluckt ist man doch ständig müde... könnte man also nur vorm Schlafengehn nehmen, steht man dann da auch schlechter auf ?

Produziert der Körper nach Absetzen (sagen wir mal nach 1 Jahr) dann auch weniger davon

wegen Gewöhnungseffekt ?

Subject: Re: Melatonin/Melanin@Tino
Posted by [Quick](#) on Wed, 23 Nov 2005 21:00:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tvtotalfan schrieb am Mit, 23 November 2005 21:47 wie siehts aus mit Melatonin topisch ? Wenn mans schluckt ist man doch ständig müde... könnte man also nur vorm Schlafengehn nehmen, steht man dann da auch schlechter auf ?

Produziert der Körper nach Absetzen (sagen wir mal nach 1 Jahr) dann auch weniger davon wegen Gewöhnungseffekt ?

melatonin topisch hätte nicht den selben effekt wie oral, denn ich glaube es kann die positiven eigenschaften die tino einen post vorher nannte nur dann erreichen wenn man es oral substituiert und melatonin systemisch wirkt.

bei hormonen ist es oftmals so das wenn man sie künstlich hochdosiert zuführt, die endokrinen hormondrüsen die sekretion herunterfahren oder evtl stoppen. in wie weit das regenerationsfähig ist müsste man ma nachlesen...weis es auch nicht...

Quick

Subject: Re: Melatonin/Melanin@Tino
Posted by [tino](#) on Wed, 23 Nov 2005 21:01:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"wie siehts aus mit Melatonin topisch ? Wenn mans schluckt ist man doch ständig müde... könnte man also nur vorm Schlafengehn nehmen, steht man dann da auch schlechter auf ?

Hmmm...ich habe mich morgens euphorisch gefühlt,..und bin sehr gut aufgestanden.Aber zunehmen kann man.Die Vermutung das die Zirbeldrüse nach Absetzen ihre Aktivität einstellt,ist eine reine Spekulation,..nie nachgewiesen.

Raucher haben wenig Melatonin,..gestresste Menschen e.v auch.

Subject: Re: Melatonin/Melanin@Tino
Posted by [tvtotalfan](#) on Wed, 23 Nov 2005 21:54:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

und wie ist die Wirkung "topisch" ? Also z.B. im Minox oder Spiro od. sonst. reingemischt ?

Subject: Re: Melatonin/Melanin@Tino

Posted by [Quick](#) on Wed, 23 Nov 2005 22:04:11 GMT

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

laut einer studie in jena hat eine 0,1%ige melatonin lösung die haare von ca.40 frauen länger in der anagenphase gehalten, also die aga verzögert. im alten allg. forum müsstest du mehr dazu finden wurde oft diskutiert...

Quick
