
Subject: Melatonin topical selber machen?

Posted by [tristan90](#) on Thu, 02 Jun 2011 09:00:32 GMT

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

Hallo ich möchte mir ein Melatonin Topical machen soll ja ein Versuch wert sein da die Haare ja länger in der Anagenphase bleiben. Nur wollte ich nochmal sicher gehen ob ich alles richtig mach.

Man muss ja einfach nur die Melatonin Tabs zermörsern das ich Pulver hab und das dann in ethanol ca. 1 Tag lang auflösen lassen. Wenn ich ne 0,2% Lösung will muss ich das doppelte an Melatonin nehmen wieviel Ethanol ich hab ist doch richtig? Mein Frage ist was eine wirksame % Lösung ist und was für Ethanol (aus der Apo oder kann ich mir auch ausm Supermarkt holen was eigentlich zum Kamin anzünden ist?) ich nehmen soll? Melatonin mag ich mir die 5mg tabs holen bei Biovea sind die gut? ist da auch wirklich melatonin drin weil die mit 3mg von biovea hatte ich mal aber wenn ich die genommen hab wurde ich nie müde davon wahrscheinlich weil ich noch genug körpereigenes melatonin produzier oder sind die von biovea schrott?

Grüße

Subject: Aw: Melatonin topical selber machen?

Posted by [pilos](#) on Thu, 02 Jun 2011 09:04:45 GMT

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

tristan90 schrieb am Thu, 02 June 2011 12:00

Man muss ja einfach nur die Melatonin Tabs zermörsern das ich Pulver hab und das dann in ethanol ca. 1 Tag lang auflösen lassen. Wenn ich ne 0,2% Lösung will muss ich das doppelte an Melatonin nehmen wieviel Ethanol ich hab ist doch richtig? Mein Frage ist was eine wirksame % Lösung ist und was für Ethanol (aus der Apo oder kann ich mir auch ausm Supermarkt holen was eigentlich zum Kamin anzünden ist?) ich nehmen soll? Melatonin mag ich mir die 5mg tabs holen bei Biovea sind die gut? ist da auch wirklich melatonin drin weil die mit 3mg von biovea hatte ich mal aber wenn ich die genommen hab wurde ich nie müde davon wahrscheinlich weil ich noch genug körpereigenes melatonin produzier oder sind die von biovea schrott?

Grüße

0,1% sind 20 x 5mg tabs in 100 ml

<http://www.dragonspice.de/kosmetisches-haarwasser.html?&adword=froogle>

Subject: Aw: Melatonin topical selber machen?
Posted by [tristan90](#) on Thu, 02 Jun 2011 09:43:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Super! Vilen Dank für die schnelle Antwort. 5 Liter für 20 Euro ist schon ziemlich gut hab bis jetzt nur die 1 Liter Ethanol aus den Online Apotheken gefunden und die kostet gleich 30 Euro und es sind 70%. Macht der höhere etahnol Gehalt eigentlich was aus?

Was is ne gute Lösung 0,2% 0,3%???

Kann ich eigentlich so ein Topical auch ins Shampoo machen dann beim waschen einmassieren, einziehen lassen -> ausspülen oder muss man das immer auf den Kopf tröpfeln?

Subject: Aw: Melatonin topical selber machen?
Posted by [pilos](#) on Thu, 02 Jun 2011 09:48:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tristan90 schrieb am Thu, 02 June 2011 12:43Super! Vilen Dank für die schnelle Antwort. 5 Liter für 20 Euro ist schon ziemlich gut hab bis jetzt nur die 1 Liter Ethanol aus den Online Apotheken gefunden und die kostet gleich 30 Euro und es sind 70%.

was willst den mit 5 liter...

Zitat: Macht der höhere etahnol Gehalt eigentlich was aus?

kannst ja auf 70% doch verdünnen..aber erst nach dem extrahieren

Zitat:Was is ne gute Lösung 0,2% 0,3%???

0,1-0,2%

Zitat:Kann ich eigentlich so ein Topical auch ins Shampoo machen dann beim waschen einmassieren,

nein

Subject: Aw: Melatonin topical selber machen?
Posted by [tristan90](#) on Thu, 02 Jun 2011 11:02:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ach dachte mir ich kauf mir gleich nen Vorrat aber 1 Liter reicht vollkommen aus.

Ist das topical denn besser, verträglicher wenn ich dann noch verdünne?

Subject: Aw: Melatonin topical selber machen?

Posted by [pilos](#) on Thu, 02 Jun 2011 11:22:51 GMT

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

tristan90 schrieb am Thu, 02 June 2011 14:02

Ist das topical denn besser, verträglicher wenn ich dann noch verdünne?

ja

Subject: Aw: Melatonin topical selber machen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 19 Nov 2012 12:25:18 GMT

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

Hab mir nun auch Melatonin gekauft. In Österreich ist das Zeug ja sogar frei verkäuflich in den Reformhäusern.

Wer hat es ausprobiert und wirkt es ?

Subject: Aw: Melatonin topical selber machen?

Posted by [mike.](#) on Mon, 19 Nov 2012 12:42:43 GMT

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

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Mon, 19 November 2012 13:25 Hab mir nun auch Melatonin gekauft. In Österreich ist das Zeug ja sogar frei verkäuflich in den Reformhäusern.

Wer hat es ausprobiert und wirkt es ?

im herbst nicht oral nehmen!

meine haare werden jetzt im herbst dunkler. ich gehe davon aus, das der erh. melatoningehalt + bestehendes threatment dafür verantwortlich ist ... HA seit Mai gestoppt ... und seit Okt. verdickung .. jetzt mit Kurzhaarfrisur sieht man so richtig den Unterschied.. haare mit 21 hellblond strohig .. mit 26 dick und kräftiger blond (2. jahr threatment)

Melatonin alleine ohne kausaler Behandlung könnte auch schaden (bei oraler Anwendung)
Topical könnte effektiv sein.. jedoch keine Erfahrung ausser Studien an Hunden und Frauen

(signifikant positiv)

Subject: Aw: Melatonin topical selber machen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 19 Nov 2012 12:46:35 GMT

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

Hallo Mike,

Du nimmst ja nun soooooo vieles, da weiß man nun gar nicht, was geholfen hat.
