
Subject: Bierhefetabletten

Posted by [derzonk87](#) on Thu, 26 Apr 2012 09:44:48 GMT

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

Hallo!

An dieser Stelle erstmal sorry, falls das Thema schon behandelt wurde, aber bis ich mich hier durchgewühlt habe gibt's vielleicht schon HM

Nun zu meiner Frage: nimmt jemand Bierhefetabletten regelmäßig ein? Ich habe welche zuhause, nehme diese aber nur sporadisch wegen meiner Haut. Ist das ein gutes NEM zur Unterstützung des Haarwachstums?

Ich meine, schaden kann sowas sicherlich nicht, aber bevor ich das mit in meine HA-Kur (Fin 1.25mg/Tag und Minox 1-2 mal täglich) mit einbinde, wollte ich mal ein paar Erfahrungen einholen.

Freue mich auf hilfreiche Antworten.

Liebe Grüße aus Tor 3!

Subject: Aw: Bierhefetabletten

Posted by [Legende](#) on Thu, 26 Apr 2012 11:39:16 GMT

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

Kein einziges NEM ist weder gut für den AGA noch schlecht dafür.

Alles nur Werbung.

Mit dem Geld kannst lieber lecker essen gehen

Und durch NEMs hatte ich auch probiert, dass meine Haut besser wird, nichts davon hat geholfen, außer Zink aber auch nur minimal, so das sich geld nicht lohnt.

Ich sag dir was wirklich gut für die Haut ist, BANANEN
ich esse seit mehrere Wochen 1-2 Bananen jeden tag,
und nicht einziges Pickel

Subject: Aw: Bierhefetabletten

Posted by [EinesTages](#) on Thu, 26 Apr 2012 12:22:42 GMT

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

oder am besten ist es heilfasten oder sich kohlenhydratearm ernähren.. und du wirst sehen dass deine haut babyhaut wird!

Subject: Aw: Bierhefetabletten
Posted by [derzonk87](#) on Thu, 26 Apr 2012 12:33:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Naja, was meine Haut angeht, mache ich mir wenig sorgen, was die Einnahme von Bierhefetabletten betrifft. Irgendwie scheinen diese wohl eine positive Auswirkung darauf zu haben...Egal, ging ja hier auch weniger um Haut als um Haare

Und wenn ich mich bei meiner Figur kohlenhydratearm ernähren würde, müsste ich irgendwann immer mit Gewichten an den Füßen rumlaufen um nicht weggeweht zu werden

Subject: Aw: Bierhefetabletten
Posted by [Yes No](#) on Thu, 26 Apr 2012 14:26:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist doch ganz einfach: Was gut für die Haut, ist gut für die Haare.

Subject: Aw: Bierhefetabletten
Posted by [Nocks](#) on Tue, 19 Jun 2012 12:33:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

meine erfahrung damit ist: meine haut hat sich dadurch minimal gebessert, bei meinen haaren habe ich keinen unterschied gemerkt. hilft also anscheinend wirklich nur ausprobieren

Subject: Aw: Bierhefetabletten
Posted by [Lorilei](#) on Wed, 31 Oct 2012 14:03:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe vor ein paar Jahren auch mal Hefe probiert (wegen Hautunreinheiten). Aber nicht in Tablettenform...sondern einfach frische Hefe, die es in jedem Supermarkt zu kaufen gibt. Man nimmt ein erbsengroßes Stück und isst es. Bei mir hat es allerdings keine Verbesserung bewirkt. Der eine sagt es hilft, der andere nicht. Das muss jeder für sich selbst austesten. Ist aber die gündtigere Variante im Vergleich zu den Tabletten.

Subject: Aw: Bierhefetabletten
Posted by [Mike van Dike](#) on Wed, 07 Nov 2012 13:56:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sehr Interessanter thread !!!

Subject: Aw: Bierhefetabletten
Posted by [Chillhair](#) on Mon, 07 Jan 2013 23:10:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich nehme jeden Tag 2 Bierhefetabletten (Bierhefe + Zink mit Biotin, B-Komplex).
Habe ich jetzt ca ein Monat benutzt; habe bis jetzt jedoch kein Unterschied bemerkt.
Zusätzlich esse ich jetzt seit ein paar Tagen Leinsamen 20g pro Tag.
Ich versuche auch vor dem schlafen gehen mindestens eine knoblauchzehe zu essen oder wie
eine Tablette zu schlucken
Ich berichte, falls es Neugikeiten gibt

Subject: Aw: Bierhefetabletten
Posted by [swissTemples](#) on Tue, 08 Jan 2013 13:21:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kimimaro schrieb am Thu, 26 April 2012 13:39Kein einziges NEM ist weder gut für den AGA
noch schlecht dafür.

Alles nur Werbung.

Mit dem Geld kannst lieber lecker essen gehen

Und durch NEMs hatte ich auch probiert, dass meine Haut
besser wird, nichts davon hat geholfen, außer Zink aber auch
nur minimal, so das sich geld nicht lohnt.

Ich sag dir was wirklich gut für die Haut ist, BANANEN
ich esse seit mehrere Wochen 1-2 Bananen jeden tag,
und nicht einziges Pickel

Also ob die Bananen der Haut helfen kann ich nicht beurteilen da ich dafür mein GHRP hab.
Aber sie sind lecker, billig, gesund, sollte jeder in seiner Diät haben irgendwo.

Subject: Aw: Bierhefetabletten
Posted by [mike.](#) on Tue, 08 Jan 2013 13:24:25 GMT

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

ich hatte vor HRT eine Bierhefetablettenkur + ein paar NEMs + Fin ..

Hautbild war besser als von der gleichaltrigen Freundin

Subject: Aw: Bierhefetabletten

Posted by [derzonk87](#) on Sat, 26 Jan 2013 17:49:16 GMT

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

Chillhair schrieb am Tue, 08 January 2013 00:10

Ich versuche auch vor dem schlafen gehen mindestens eine knoblauchzehe zu essen oder wie eine Tablette zu schlucken

Viel Spaß am nächsten Morgen

Habe das mit den Bierhefetabletten aufgegeben, das war mir auf Dauer doch zu krass, immer 3-5 Tabletten davon gleichzeitig einzuschmeißen.

Wenn jemand positive Erfahrungen damit gemacht hat, bitte berichten, würde mich echt mal interessieren!

Subject: Aw: Bierhefetabletten

Posted by [Chillhair](#) on Sat, 26 Jan 2013 19:22:13 GMT

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

derzonk87 schrieb am Sat, 26 January 2013 18:49 Chillhair schrieb am Tue, 08 January 2013 00:10

Ich versuche auch vor dem schlafen gehen mindestens eine knoblauchzehe zu essen oder wie eine Tablette zu schlucken

Viel Spaß am nächsten Morgen

Habe das mit den Bierhefetabletten aufgegeben, das war mir auf Dauer doch zu krass, immer 3-5 Tabletten davon gleichzeitig einzuschmeißen.

Wenn jemand positive Erfahrungen damit gemacht hat, bitte berichten, würde mich echt mal interessieren!

Am nächsten morgen passiert nix außergewöhnliches ehrlich gesagt! Man fühlt sich nur fitter! Also es kommt kein Knoblauchgeruch aus dem WC, wenn du darauf hinaus willst

Subject: Aw: Bierhefetabletten
Posted by [derzonk87](#) on Sun, 27 Jan 2013 22:13:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Chillhair schrieb am Sat, 26 January 2013 20:22

Am nächsten morgen passiert nix außergewöhnliches ehrlich gesagt! Man fühlt sich nur fitter! Also es kommt kein Knoblauchgeruch aus dem WC, wenn du darauf hinaus willst

Nein, das nicht, ich meinte nur den Geschmack, den man dann hat usw. Aber wenn das fitter macht, warum nicht, Knoblauch soll ja so manches Wunder bewirken

Subject: Aw: Bierhefetabletten
Posted by [Chillhair](#) on Sun, 27 Jan 2013 22:39:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

derzonk87 schrieb am Sun, 27 January 2013 23:13 Chillhair schrieb am Sat, 26 January 2013 20:22

Am nächsten morgen passiert nix außergewöhnliches ehrlich gesagt! Man fühlt sich nur fitter! Also es kommt kein Knoblauchgeruch aus dem WC, wenn du darauf hinaus willst

Nein, das nicht, ich meinte nur den Geschmack, den man dann hat usw. Aber wenn das fitter macht, warum nicht, Knoblauch soll ja so manches Wunder bewirken

Wenn du die Knoblauchzehe ohne sie zu kauen runterschluckst, riechst du am nächsten morgen nicht aus dem Mund
