
Subject: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [Wüstenmungo](#) on Wed, 19 Apr 2006 05:07:18 GMT

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

moin leute. ich trink grad wieder kaffee schwarz mit zucker. obs gegen den ha hilft kann ich nicht sagen, schaden tuts anscheinend nicht!

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Wed, 19 Apr 2006 09:30:32 GMT

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

naja... kaffee is so zweiseitig, da weiss man nie genau obs gut oder schlecht is

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 19 Apr 2006 09:37:18 GMT

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

so brings gar nichts...wenn dus trinkst

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [Kerl1979](#) on Wed, 19 Apr 2006 11:33:37 GMT

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

Ich kann mich noch sehr gut an eine Studie bezüglich "Haarausfall und Koffein erinnern. Soweit ich weiss, muss die Koffeinkonzentration am Haarfolikel extrem hoch sein. Über Kaffee kann man diese Menge niemals Oral oder topisch aufnehmen. Vorher wird man wohl an Herzversagen sterben.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [mare](#) on Wed, 19 Apr 2006 12:41:58 GMT

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

hab mal gelsen amn müsste ca. 80 Tassen dafür trinken...

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 19 Apr 2006 14:21:00 GMT

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

Wüstenmungo schrieb am Mit, 19 April 2006 07:07moin leute. ich trink grad wieder kaffee schwarz mit zucker. obs gegen den ha hilft kann ich nicht sagen, schaden tuts anscheinend nicht!

Versuch mal statt Zucker Honig zu nehmen! Schmeckt genau so und ist 1000 mal gesünder

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Kerl1979](#) on Thu, 20 Apr 2006 12:34:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mare schrieb am Mit, 19 April 2006 14:41 hab mal gelsen amn müsste ca. 80 Tassen dafür trinken...

Vielleicht wäre es besser sich 80 Tassen Kaffe auf die Birne zu kippen anstatt es Oral einzunehmen . Nachher steht aufn Grabstein: Er hatte wieder volles Haar, aber konnte sich aber nicht lange daran erfreuen.

Unser Kollege "volles Haar" hat da bestimmt wieder eine nette Rezeptur für eine topische Anwendung auf Lager

Mal im Ernst. Dieses Koffeinkrams wird ja auch von Alpecin angeboten. Es soll angeblich die Wachstumsphase der Haare verlängern.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Pumpnickel](#) on Sun, 14 May 2006 08:33:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe letztens eine Bericht über Kaffee im tv gesehen.

Darin hies es, daß man gar nicht zuviel Kaffee trinken kann, da der Körper das Coffein sehr schnell wieder abbaut, und das viel Kaffegenuß auch sonst nicht schädlich sein soll, außer das man vielleicht häufig zur Toilette muß.

Der Kaffee soll jede Menge positive Eigenschaften haben: Schutz vor Krebs, Alzheimer und und ...

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 14 May 2006 09:00:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ab-2007-volles-haar schrieb am Mit, 19 April 2006 16:21 Wüstenmungo schrieb am Mit, 19 April 2006 07:07 moin leute. ich trink grad wieder kaffee schwarz mit zucker. obs gegen den ha hilft kann ich nicht sagen, schaden tuts anscheinend nicht!

Versuch mal statt Zucker Honig zu nehmen! Schmeckt genau so und ist 1000 mal gesünder

honig besteht fast nur aus zucker

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 14 May 2006 09:04:48 GMT

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

Kaffee entzieht dem Körper Wasser. Man sollte also unbedingt mindestens 2 Gläser Wasser trinken vor oder nach dem Kaffee.

Ein Glas zum Ausgleich und eins, um wieder im Plusbereich des Wassers zu sein.

Mit Zucker würde ich Kaffee ebenfalls nicht trinken (freie Radikale!).

Wer also seinen Kaffee immer schön in Maßen mit Honig statt mit Zucker und auch dazu reichlich Wasser trinkt, für den schadet Kaffee nichts. Ohne dem wäre Kaffee schädlich. Aber auch wirklich nur in Maßen, da Kaffee ein Säurebildner ist. Säuren mag der Körper nicht so gern. Besser sind Basen.

Dass es eine Wirkung auf HA glaube ich inzwischen auch nicht.

Auch topisch würde ich mir Kaffee nicht schmieren, weil es Säurebildend ist.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [pilos](#) on Sun, 14 May 2006 09:16:52 GMT

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

ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 14 Mai 2006 11:04

Wer also seinen Kaffee immer schön in Maßen mit Honig statt mit Zucker und auch dazu reichlich Wasser trinkt, für den schadet Kaffee nichts. Ohne dem wäre Kaffee schädlich.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [kkoo](#) on Sun, 14 May 2006 09:52:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Son, 14 Mai 2006 11:16ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 14 Mai 2006 11:04

Wer also seinen Kaffee immer schön in Maßen mit Honig statt mit Zucker und auch dazu reichlich Wasser trinkt, für den schadet Kaffee nichts. Ohne dem wäre Kaffee schädlich.

also manchmal haut volles haar echt dinger raus, die wirken wie lachgas. muss auch unbedingt honig rein, in den kaffee

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [backflash](#) on Sun, 14 May 2006 11:16:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der Mythos, dass Kaffe stark entwässert, ist scheinbar immer noch aktuell

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [glockenspiel](#) on Sun, 14 May 2006 11:21:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

backflash schrieb am Son, 14 Mai 2006 13:16Der Mythos, dass Kaffe stark entwässert, ist scheinbar immer noch aktuell

kannst du mich mal eben aufklären, backflash? wie ist denn der jetzige stand, ist das koffein nun (generell) eher schädlich, oder vernachlässigbar?

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [backflash](#) on Sun, 14 May 2006 11:47:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo glockenspiel,

ich arbeite nebenbei bei einem Pflegedienst. Dort jobben auch einige Medizinstudenten.

Die lachen jedesmal darüber, wenn Kaffee im Zusammenhang mit Dehydration genannt wird. Die sind ja (noch) auf dem neuesten Stand. Ich werde nochmal genauer nachfragen.

Ubrigens: auf Spiegel.de habe ich vor ein paar Monaten einen interessanten Artikel über Kaffee gelesen, finde ihn aber nicht mehr.

Tenor dort: Kaffee ist besser als sein Ruf und hat noch niemandem geschadet.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [glockenspiel](#) on Sun, 14 May 2006 11:56:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

backflash schrieb am Son, 14 Mai 2006 13:47Hallo glockenspiel,

ich arbeite nebenbei bei einem Pflegedienst. Dort jobben auch einige Medizinstudenten. Die lachen jedesmal darüber, wenn Kaffee im Zusammenhang mit Dehydration genannt wird. Die sind ja (noch) auf dem neuesten Stand. Ich werde nochmal genauer nachfragen.

Ubrigens: auf Spiegel.de habe ich vor ein paar Monaten einen interessanten Artikel über Kaffee gelesen, finde ihn aber nicht mehr.

Tenor dort: Kaffee ist besser als sein Ruf und hat noch niemandem geschadet.

das wäre sehr nett von dir, danke...würde mich wirklich interessieren

lg

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [backflash](#) on Sun, 14 May 2006 12:01:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe den link gefunden:

<http://www.spiegel.de/wissenschaft/mensch/0,1518,399983,00.h tml>

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Pumpernickel](#) on Sun, 14 May 2006 12:20:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der Artikel entspricht so ziemlich dem, was auch in der Fernsehsendung gesagt wurde!

Werde weiterhin meine 5-8 Tassen Kaffee täglich trinken (weder mit Zucker noch mit Honig), bis jetzt hat es mir auch noch nicht geschadet!

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 14 May 2006 13:44:56 GMT

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

Demnach sind zwei bis vier Tassen Kaffee täglich, also 300 bis 600 Milliliter, unbedenklich für den Wasserhaushalt.

In dem Artikel steht ja drin, dass ein paar Tassen unbedenklich sind für den Wasserhaushalt. Es steht nicht drin, dass übermäßiger Kaffeegenuß den Wasserhaushalt nicht beeinflusst.

Kaffee und schwarzer Tee entziehen dem Körper auf jeden Fall Wasser. Das KANN überhaupt gar kein Mythos sein, weil ich das selbst schon ausprobiert habe. Ich glaube nämlich gar nichts mehr- ich teste selbst!

Ich trinke auch Leidenschaftlich gerne Kaffee, aber wie gesagt man soll den Flüssigkeitsverlust unbedingt ausgleichen. Das schädlichste am Kaffee ist aber der Zucker. Den sollte man weg lassen. Oder wie ich, mit Honig süßen.

In jedem Fall aber macht die Dosis das Gift.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 14 May 2006 14:12:43 GMT

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

2007:

inhalts-stoffe honig:

38,19% Fruchtzucker (Fructose, Einfachzucker)

31,28% Traubenzucker (Glucose, Einfachzucker)

17,20% Wasser

10,12% Mehrfachzucker (Zweifachzucker: Malzzucker und Rohrzucker, höhere Zuckersorten wie Melzitose)

3,21% restliche Stoffe (aroma etc...)

das ist praktisch zäher zucker

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall

Posted by [frühaufsteher78](#) on Sun, 14 May 2006 14:49:57 GMT

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

Naja, für so einen krassen Mythos halte ich das ehrlich gesagt nicht. Und sorry, die Mediziner sind eh alle am Arsch, zumindest die meisten die ich kenne. Die lachen eher in dem Zusammenhang, weil litwerweise Kaffee Standardprogramm ist und von den ganzen Antidepressiva und Muntermachern eh keiner mehr spricht.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [kkoo](#) on Sun, 14 May 2006 15:18:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 14 Mai 2006 15:44Ich glaube nämlich gar nichts mehr- ich teste selbst!

Na das wird schwer werden, wenn man absolut niemandem mehr glaubt...

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 14 May 2006 21:19:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

frühaufsteher78 schrieb am Son, 14 Mai 2006 16:49Naja, für so einen krassen Mythos halte ich das ehrlich gesagt nicht. Und sorry, die Mediziner sind eh alle am Arsch, zumindest die meisten die ich kenne. Die lachen eher in dem Zusammenhang, weil litwerweise Kaffee Standardprogramm ist und von den ganzen Antidepressiva und Muntermachern eh keiner mehr spricht.

Genau so ist es.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Kerl1979](#) on Wed, 17 May 2006 08:34:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:

Wer also seinen Kaffee immer schön in Maßen mit Honig statt mit Zucker und auch dazu reichlich Wasser trinkt, für den schadet Kaffee nichts. Ohne dem wäre Kaffee schädlich.

Ich hab die Lösung des Problems. Man kocht den Kaffee einfach irre dünn. Dann ist auch mehr Wasser im Spiel. LOL

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [backflash](#) on Wed, 17 May 2006 13:32:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ glockenspiel:

Habe nochmal bei einem Medizinstudenten nachgefragt.
Er meinte, eine ernsthafte vermehrte Flüssigkeitsausscheidung ist fast nur bei Leuten, die fast nie Kaffee trinken bzw. gar nichts anderes trinken. Und das ist die absolute Minderheit.
Jeder "normale" Kaffeetrinker würde wohl mehr als eine Tasse im Monat trinken. Dadurch

wäre die Niere "trainiert", sie wird daran gewöhnt. Dann spielt auch noch die Hemmung des ADH-Hormons eine Rolle, oder so ähnlich . Das schützt vor vermehrten Flüssigkeitsverlust.

Es wird zwar etwas mehr Wasser ausgeschieden, aber der starke Harndrang ist der stärkeren Nierendurchblutung anzurechnen. Dadurch entsteht der Eindruck des vermehrten Wasserlassens. Ohne Kaffe hätte man fast dieselbe Menge ausgeschieden, nur halt unauffällig über den Tag verteilt.

Wer aber überdurchschnittlich viel ausscheidet, sollte mal seinen Blutzucker überprüfen. Dann meinte er noch, man sollte beim "Hardcore-Kaffee-Konsum" eher das Herz-Kreislauf System im Auge behalten als eine eventuelle Austrocknung der Körpers. Bei erhöhtem Blutdruck in Verbindung mit Übergewicht lieber mit Kaffee nicht übertreiben. Mit Alkohol übrigens auch nicht. Prost!

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 17 May 2006 13:43:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bist mein neuer held backflash, danke

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [backflash](#) on Wed, 17 May 2006 13:47:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hero for a day - fool for a lifetime

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [kkoo](#) on Wed, 17 May 2006 13:56:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

backflash schrieb am Mit, 17 Mai 2006 15:47Hero for a day - fool for a lifetime

nicht schlecht - ist das von dir?

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [backflash](#) on Wed, 17 May 2006 14:02:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kennst du die Band "Faith No More"?

Die haben ein Album namens "King for a day, fool for a lifetime".
War also nicht so schwer den Hero einzubauen

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [kkoo](#) on Wed, 17 May 2006 14:23:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

backflash schrieb am Mit, 17 Mai 2006 16:02Kennst du die Band "Faith No More"?
Die haben ein Album namens "King for a day, fool for a lifetime".
War also nicht so schwer den Hero einzubauen

na wahrscheinlich steht sowas schon irgendwo bei shakespeare...

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Gast](#) on Wed, 17 May 2006 15:09:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

quatsch

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [frühaufsteher78](#) on Thu, 18 May 2006 11:09:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sancho pansa schrieb am Mit, 17 Mai 2006 17:09quatsch

Hihi. Sanchos Beiträge sind halt prägnant.
Kurz und bündig.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Marzipan](#) on Thu, 18 May 2006 20:51:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nen haufen kaffeesorten haben acrylamide (krebserregend) hab ich jüngst bei ökotest
gelesen. melitta, dallmayr blabla

nicht betroffen waren der eilles und idee kaffee

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Quick](#) on Sun, 21 May 2006 00:23:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 14 Mai 2006 15:44Demnach sind zwei bis vier Tassen Kaffee täglich, also 300 bis 600 Milliliter, unbedenklich für den Wasserhaushalt.

In dem Artikel steht ja drin, dass ein paar Tassen unbedenklich sind für den Wasserhaushalt. Es steht nicht drin, dass übermäßiger Kaffeegenuß den Wasserhaushalt nicht beeinflusst.

Kaffee und schwarzer Tee entziehen dem Körper auf jeden Fall Wasser. Das KANN überhaupt gar kein Mythos sein, weil ich das selbst schon ausprobiert habe. Ich glaube nämlich gar nichts mehr- ich teste selbst!

Ich trinke auch Leidenschaftlich gerne Kaffee, aber wie gesagt man soll den Flüssigkeitsverlust unbedingt ausgleichen. Das schädlichste am Kaffee ist aber der Zucker. Den sollte man weg lassen. Oder wie ich, mit Honig süßen.

In jedem Fall aber macht die Dosis das Gift.

hat doch grad jemand etwas weiter oben den zusammenhang erklärt ab2007volleshaar,

koffein regt den kreislauf an, dadurch werden die nieren vermehrt durchblutet und arbeiten zweitweise mehr, daher rührt die wasserausscheidung. jemand der seid langem täglich mehrere tassen kaffe trinkt wird an seinem ausscheidungsverhalten nichts bemerken. jemand der selten kaffe trinkt und dazu noch einen etwas stärkeren muss halt pieseln und denkt dann genauso wie du das er bald am exkieren ist

Quick

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [yellow](#) on Sun, 21 May 2006 09:53:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist Kaffee ein „Flüssigkeitsräuber“?

Deutsche Gesellschaft für Ernährung e.V. (12.01.2005)

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Claudi](#) on Sun, 21 May 2006 12:23:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was die Wirkung von Coffein angeht (schädlich oder nicht schädlich), da werden sich die Geister wohl nie einig.

Giftig sein soll's erst ab einer bestimmten Menge:

<http://catbull.com/alamut/Lexikon/Mittel/Koffein.htm>

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [glockenspiel](#) on Sun, 21 May 2006 12:25:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Claudit schrieb am Son, 21 Mai 2006 14:23 Was die Wirkung von Coffein angeht (schädlich oder nicht schädlich), da werden sich die Geister wohl nie einig.

Giftig sein soll's erst ab einer bestimmten Menge:

<http://catbull.com/alamut/Lexikon/Mittel/Koffein.htm>

sehr netter link...

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Claudi](#) on Sun, 21 May 2006 16:53:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[quote title=glockenspiel schrieb am Son, 21 Mai 2006 14:25 sehr netter link...[/quote]

Ja, da schmeckt der Kaffee gleich doppelt gut.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [glockenspiel](#) on Sun, 21 May 2006 19:58:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was nicht so gut wäre für uns, wäre, wenn koffein sich nicht gut mit den adenosin-rezeptoren verträgt...und das ist so, soweit ich weiss..

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Haariges](#) on Wed, 07 Jun 2006 16:29:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe selbst mal das Coffein Shampoo und Haarwasser ausprobiert. Das es gegen HA hilft glaub ich nicht wirklich aber die Durchblutung scheint massiv verbessert das Hautgefühl ist sehr gut und ich vermute das dies sich auch indirekt positiv auf HA auswirkt.

Das Coffein selbst wird ja über die Kopfhaut aufgenommen deswegen sind die TV Sendungen und Kommentare meist unangebracht das man 80 Tassen trinken müßte. Ihr wollte ja das Coffein an der Haarwurzel und nicht im Magen.

Um den Vergleich zu testen werde ich beides jetzt mal wieder für ne Zeit absetzen und prüfen wie es sich dann verhält.

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [tvtotalfan](#) on Wed, 07 Jun 2006 21:00:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Welche beiden Dinge möchtest Du absetzen und vergleichen?

Subject: Re: Koffein gegen Haarausfall
Posted by [Haariges](#) on Wed, 07 Jun 2006 21:29:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich werde das Alpecin Shampoo und das Haarwasser absetzen
