

---

Subject: Hier mein Bericht über 4 Monate NEM  
Posted by [Steven](#) on Thu, 20 Apr 2006 17:19:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also,

hab jetzt die ganzen NEM's aufgegeben. Habe folgendes  
4 monate lange genommen und hat für das Haar  
nichts gebracht. Hab mich vielleicht bisschen besser  
gefühlt, mehr auch nicht. Man muss auch dazu sagen,  
daß ich eine normale dosis genommen habe, glaube  
aber auch nicht, dass man mit ner höheren dosis  
erfolg haben kann.

Hier die Nem's

Zink+Histidin: 25 mg  
Eisen: 15 mg  
Folsäure 1200 mg  
vitamin c: 500 mg  
Jod: 200 µg  
a-z tabletten: täglich eine  
Biotin: 10 mg  
Vit B komplex  
Magnesium: 250 mg

und vieles mehr

---

Subject: Re: Hier mein Bericht über 4 Monate NEM  
Posted by [kaya](#) on Thu, 20 Apr 2006 17:24:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

wie siehts denn generell mit deinem erfolg gegen HA aus? nimmst ja noch minox und fin

---

---

Subject: Re: Hier mein Bericht über 4 Monate NEM  
Posted by [Steven](#) on Thu, 20 Apr 2006 18:13:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also

Mit Fin halte ich mein zustand schon 2 jahre.  
Minox seit über einem jahr. hat die tonsur  
bisschen verdichtet, und das haar ist vielleicht

bisschen kräftiger geworden. nichts besonderes,  
nehme es nur noch weiter, also wegen dem  
gewöhnungseffekt. Also das meiste kommt von Fin.

---