

---

Subject: Substanz P

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Sun, 16 Sep 2012 07:37:15 GMT

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

---

Die Substanz P hat einen sehr wichtigen Einfluss auf den Haarzyklus. Es wird vermehrt Substanz P gebildet bei Stress. Wenn dann durch den Stress ausgelösten Haarausfall beginnt beginnt ein Teufelskreislauf durch noch mehr Stress bishin zur Depression.

Intressant ist das Capsaicin vermehrt Supstanz P ausschütet und mit der Zeit der Körper sich daran gewöhnt.

Gab ja mal ne Studie dazu das Capsaicin den Haarwuchs verbessert:

<http://haarausfallhilfe.forumieren.de/t42-forscher-aus-fernost-erzeugen-haarwuchs-mit-natuerlichen-extrakten-uber-erhöhung-der-igf-1-spiegel>

Eine mögliche Ursache für Haarausfall durch Stress liegt in der Tatsache, dass Haarfollikel durch Stresshormone nachteilig beeinflusst werden. Um jeden Haarfollikel liegt ein dichtes Netz von Nervenfasern. Dieses Netzwerk enthält verschiedene neuronale Botenstoffe, wie beispielsweise das Neuropeptid Substanz P oder den Neurotransmitter Noradrenalin. Die Anzahl der Nervenfasern ist nicht stabil, sondern schwankt im Laufe des Zyklus jedes einzelnen Haars. Diese Schwankungen haben einen direkten Einfluss auf das zyklische Haarwachstum. Ebenso reguliert das Neurotrophin NGF (Nerve Growth Factor) indirekt das Wachstum der Haare.

Stress erhöht die Konzentration der entscheidenden Botenstoffe und somit die Zahl der Nervenfasern an den Haarfollikeln. Passiert dies während des Übergangs der Haare aus der Wachstumsphase in die Übergangsphase, kommt es über eine Kaskade von molekularen Ereignissen zu einer Entzündungsreaktion am Haarfollikel und schließlich zum vorzeitigen Stopp des Haarwachstums.

Trichodynie (von griech. trichos „Haar“ und dynê „Schmerz“), Jucken, Brennen oder Spannen bis hin zu schmerzender Kopfhaut

<http://de.wikipedia.org/wiki/Trichodynie>

[http://de.wikipedia.org/wiki/Substanz\\_P](http://de.wikipedia.org/wiki/Substanz_P)

<http://gfi-online.de/artikel/34333>

Kennt ihr irgendwelche natürlichen blocker/ hemmer von Supstanz P ?

Bis jetzt habe ich folgende gefunden: Magnesium, Johanniskrautextrakte

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Sun, 16 Sep 2012 07:56:45 GMT

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

---

Resveratrol and Curcumin sind auch guter Substanz P Hemmer und erhöhen den IGF-1 Spiegel  
<http://www.hairloss-research.org/UpdatePCOS2Jan2009.html>

Was ist von einem Produkt zu halten welches den IGF-1 Spiegel erhöht?  
<http://www.iherb.com/Pure-Solutions-Pure-IGF-1-0-fl-oz-30-ml/24692>

---

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Paperbird](#) on Sun, 16 Sep 2012 18:03:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Super, wie umtriebig du bist, bei der Forschung (besser gesagt Recherche) nach der Ursache von AGA reneschaub!

Ich finde die asiatische Studie sehr sehr interessant. Ich werde versuchen an Capsaicin und Isoflavone heranzukommen, die Dosierung steht ja dort.  
Komme ich vielleicht ohne die sch\*\*\*\* DHT-Hemmung aus.

Bei dem Pure IGF1 ist das mit der richtigen(!) Dosierung so eine Sache.

---

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [pilos](#) on Sun, 16 Sep 2012 18:21:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Paperbird schrieb am Sun, 16 September 2012 21:03Super, wie umtriebig du bist, bei der Forschung (besser gesagt Recherche) nach der Ursache von AGA reneschaub!

Ich finde die asiatische Studie sehr sehr interessant. Ich werde versuchen an Capsaicin und Isoflavone heranzukommen, die Dosierung steht ja dort.  
Komme ich vielleicht ohne die sch\*\*\*\* DHT-Hemmung aus.

Bei dem Pure IGF1 ist das mit der richtigen(!) Dosierung so eine Sache.

leider 6 jahre kalter kaffee

[http://www.alopezie.de/fud/index.php?SQ=63357de5a63b97331e9c4baf69f31f43&t=search&srch=%22substanz+P%22&btn\\_submit=Suche&field=all&forum\\_limiter=7&attach=0&search\\_logic=AND &sort\\_order=DESC&author=](http://www.alopezie.de/fud/index.php?SQ=63357de5a63b97331e9c4baf69f31f43&t=search&srch=%22substanz+P%22&btn_submit=Suche&field=all&forum_limiter=7&attach=0&search_logic=AND &sort_order=DESC&author=)

---

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Sun, 16 Sep 2012 18:54:11 GMT

---

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

---

Nur weils alt ist heisst es nicht das es nicht wirkt  
Nun sind jedenfalls auch die Zusammenhänge mit der Substanz P vorhanden und man weiss das es gegen Stress bedingten Haarausfall hilft.

Wobei ich persönlich die Curcumin + Reservatol Lösung besser finde da eben bei Capacin ja eine vermehrte Substanz P ausschüttung statt findet und somit Sheeding.

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [knopper22](#) on Mon, 17 Sep 2012 06:14:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hmm also evt. Chilliextract? Evt. noch von richtig schön scharfen?  
Das dann topisch? oder würde man damit das Gegenteil erreichen?

---

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Swth](#) on Wed, 19 Sep 2012 07:51:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

reneschau schrieb am Sun, 16 September 2012 20:54  
Wobei ich persönlich die Curcumin + Reservatol Lösung besser finde da eben bei Capacin ja eine vermehrte Substanz P ausschüttung statt findet und somit Sheeding.

Hast du die Curcumin + Reservatol Lösung bereits ausprobiert? Welche Produkte wurde in der Studie verwendet bzw. woher haben sie die Substanzen bezogen? Hast du eventuell eine Bezugsquelle?

Danke!

Gruss  
swth

---

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Wed, 19 Sep 2012 08:55:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nein keine Ahnung was die für eine Dosierung genommen haben.

Ich verwende derzeit diese Antioxidantien Formel.  
Wurde mir von mehreren Personen empfohlen welche sich gut auskennen.

<http://www.iherb.com/Source-Naturals-Renewal-Antioxidants-60-Tablets/4540>  
Ich verwende das Produkt nun seit 2 Wochen daher kann ich noch nicht viel darüber sagen.

Du findest auch Trans-Resveratrol auf [iherb.com](http://www.iherb.com) und Curcumin

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Swth](#) on Wed, 19 Sep 2012 09:38:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hmm aber in deinem Produkt ist weder Curcumin noch Resveratrol!

Ich weiss nicht ob das schon gepostet wurde aber hier gab es noch ein paar weitergehende Hinweise:

<http://www.hairloss-research.org/LinkUpdateResveratrol1-08.html>  
<http://www.hairloss-research.org/UpdateSeasonalStressandHairloss12-09.html>  
<http://www.hairloss-research.org/UpdatePDG7-12.html>

Dort heißt es unter anderem zu der Dosis:

In particular, in the composition according to this invention, the content of resveratrol can range from 3 to 6 mg; of Curcumin from 15 to 30 mg; of vitamin E from 50 to 100 mg; of vitamin C from 10 to 30 mg; of capsaicin from 2 to 5 mg; of powdered wheat germs from 50 to 450 mg.

In der von 2012 wiederum zu Resveratrol

The ideal dose of Resveratrol has been a subject of debate for some time. The scientific community is coming to some agreement, that a dose between 200-300 mg optimizes health benefits for human use. Recent research in Italy revealed Resveratrol is particularly effective at stimulating hair growth when combined with Curcumin.

Jetzt bleibt mal wieder die Frage, wie man anfängt und ob man sich eine orale Lösung oder eine Topische mixt. Da ich in den GH auch unter einer leichten Trichodynie leide, würde ich das gerne mal ausprobieren.

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Wed, 19 Sep 2012 09:49:05 GMT

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

---

Natürlich hats das drinn.

<http://www.iherb.com/Source-Naturals-Renewal-Antioxidants-60-Tablets/4540>

Natural trans-Resveratrols (from Polygonum cuspidatum Extract) 20 mg

Meriva Turmeric Complex (turmeric rhizome extract and phosphatidylcholine blend) 300 mg

Curcumin from turmeric supports the healthy inflammatory response through an array of complex biochemical mechanisms. Because curcumin is difficult to absorb, Turmeric with Meriva® uses a specialized extract combined with phosphatidylcholine to help generate greater curcumin bioavailability than common turmeric extracts

Ich werde zusätzlich noch Piperine verwenden. Welche die Aufnahme von Nährstoffen / Vitaminen etc durch Thermogenese. Die aufnahme fähigkeit von Curcumin steigert sich so um das 100 - 5000% Fache.

<http://www.lipo-13.info/de/inhaltsstoffe/bioperin/>

<http://www.iherb.com/Source-Naturals-BioPerine-10-mg-120-Tablets/992>

Auch Öle zb Omega 3 und 6 führen zu einer besseren Resobierung von Nährstoffen.

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Swth](#) on Wed, 19 Sep 2012 10:08:22 GMT

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

---

Stimmt, sorry ich hatte nur schnell über die Browser-Suche gesucht, die mir nichts angezeigt hatte.

Wie viel Tabs nimmst du pro Tag? Leidest du auch unter Trichodynie? Wenn ja, hast du in den 2 Wochen bereits eine Linderung gemerkt?

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Wed, 19 Sep 2012 11:16:11 GMT

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

---

Es steht drauf das man 4 Tabletten täglich nehmen sollte.  
Das liegt daran das soviele Wirkstoffe enthalten sind.

Trichodynie leide ich nicht bewusst.

Hatte vor 2 Monaten einfach auch das Gefühl das an gewissen Punkten ein wenig schmerzen bei der Kopfhaut feststellte. Ob das nun durch eventuelle Mückenstiche, Einbildung oder Mikroentzündungen hervorgerufen wurde ist mir nicht bekannt.

Auf jedenfall ist`s nun Weg

Ich denke gegen Trichodynie ist besonders Magnesium, Kalzium, Vitamin D, Johanniskraut extrakt gut. Nehme das NEM.

<http://www.iherb.com/Bluebonnet-Nutrition-Calcium-Citrate-Magnesium-Vitamin-D3-180-Caplets/15101>

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [mike.](#) on Wed, 19 Sep 2012 11:28:42 GMT

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

auch bei mir war der haarschmerz ausgeprägt speziell in der tonsurgegend und front...auch kranz war betroffen

dementsprechend hate ich diff HA mit HA stark an front und tonsur...

seit ca. 20-25 NEMs ++ hat sich vieles zum positiven entwickelt auch ggesamtgesundhjeilich...ich hatte seit NEMs nie einen schnupfen oder dgl..

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Wed, 19 Sep 2012 11:46:02 GMT

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

25 NEM`s sind ne ganze Menge.

Schmeist du die alle in Pillenform rein?

Verträgt dein Magen das gut?

Nimmst du auch Priperin? Mit dem kannst du eventuell die Menge deiner NEMS reduzieren

<http://de.wikipedia.org/wiki/Piperin>

Da diese dann besser resobiert werden durch Thermogenese

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Rosso](#) on Wed, 19 Sep 2012 11:52:43 GMT

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

mike. schrieb am Wed, 19 September 2012 13:28

auch bei mir war der haarschmerz ausgeprägt speziell in der tonsurgegend und front...auch kranz war betroffen

dementsprechend hate ich diff HA mit HA stark an front und tonsur...

seit ca. 20-25 NEMs ++ hat sich vieles zum positiven entwickelt auch ggesamtgesundhjeilich...ich hatte seit NEMs nie einen schnupfen oder dgl..

Sind die Antiandrogene nicht eher der Grund dafür, dass deine Trichodynie nun weg ist?

---

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Rosso](#) on Wed, 19 Sep 2012 11:53:29 GMT

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

---

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [mike.](#) on Wed, 19 Sep 2012 12:04:04 GMT

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

---

Rosso schrieb am Wed, 19 September 2012 13:52mike. schrieb am Wed, 19 September 2012 13:28

auch bei mir war der haarschmerz ausgeprägt speziell in der tonsurgegend und front...auch kranz war betroffen

dementsprechend hate ich diff HA mit HA stark an front und tonsur...

seit ca. 20-25 NEMs ++ hat sich vieles zum positiven entwickelt auch ggesamtgesundhjeilich...ich hatte seit NEMs nie einen schnupfen oder dgl..

Sind die Antiandrogene nicht eher der Grund dafür, dass deine Trichodynie nun weg ist?

keine ahnung

fin alleine brachte die gar nicht weg ....wenn die trichidynie nicht sogar schlimmer wurde speziell im tonsurbereich :-/ .. AR-Blocker und NEMs glaiehzzeitig begonnen zus. zu Fin ...

ich weiss nicht was wie stark ist .. nehme die kombi weiterhin da sie mir gut tut und hilft...

---

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [knopper22](#) on Wed, 19 Sep 2012 12:17:13 GMT

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

---

25 Nems? und das soll wirklich soo viel bringen?

Ich dachte es sol sowieso fast nix bringen da man ja das meiste auch über Nahrungsmittel aufnimmt, und alles ne Riesengeschäftemacherei usw...

Ich denke man sollte sich nicht zu doll reinsteigern, ich sage nur Placeboeffekt und außerdem was haben unsere Großeltern sich reingehauen?

---

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Wed, 19 Sep 2012 12:22:06 GMT

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

---

@knopper22

Gabs zu Zeiten deiner Grosseltern Analog Käse / Schinken?

Dioxin Skandal / Gammel Fleisch?

Überall Trash/Junk Food?

Die alte Gute Zeit wünschen Sich viele zurück den da war wirklich alles noch Bio und nicht Massen Ware.

---

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Knorkell](#) on Wed, 19 Sep 2012 12:23:23 GMT

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

---

Jep und nicht zu vergessen die gesunden Heizsysteme...die umweltfreundlichen Industrieabgase etc.

---

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [mike.](#) on Wed, 19 Sep 2012 12:23:26 GMT

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

---

antioxidantien ... war früher oft krank oder verschnupft .. seit dem nciht mehr... verjüngt usw..

ich sehe heute um einiges jünger, geünder aus als meine männliche vorfahren väterl. mit 26..die schon NW3 waren.. ich NW 0-1...

BTT .. ist Rene's Thread

LG

Mike

---

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Wed, 19 Sep 2012 12:37:04 GMT

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

---

Jup kann dir Beipflichten.

Antioxidantien wirken verjüngend. Habe die gleiche Erfahrung gemacht.

Vorallem als ich Omega 3 Öl zu mir genommen habe (Jeden morgen 2 Esslöffel über 1 Monat)

Habe ich sehr viele Komplimente bekommen von verschiedenen Personen.

Heute ist meine PQQ Lieferung gekommen.

Das kann ich euch auch empfehlen.

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [knopper22](#) on Wed, 19 Sep 2012 13:14:58 GMT

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

---

reneschau schrieb am Wed, 19 September 2012 14:37

Heute ist meine PQQ Lieferung gekommen.

Das kann ich euch auch empfehlen.

Was ist das genau?

und in einem Monat sahst du plötzlich wie von heute auf morgen jünger aus? Sprich Haut glatter usw...? Kann ich mir auch nicht so vorstellen aber will mich gerne eines Besseren belehren lassen.

Also dieses PQQ oder lieber gleich Omega-3 Öl?

und allgemein zum Thema Lebensmittel muss ich leider mick recht geben, da wir das ja täglich zu uns nehmen, wohingegen man damals die schädlicheren Abgase usw... nur n paar mal eingeatmet hat, und man ja schließlich nicht gegessen.

Also das stimmt schon irgendwie.

Nur was soll man machen? zig NEM's, nur noch Bio? Dann is man ja damit fast den ganzen Tag beschäftigt, und das waren unsere Großeltern sicherlich auch nicht....

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 19 Sep 2012 23:33:00 GMT

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

---

Von Capsaicin kann ich nur abraten!

Es bewirkt genau das Gegenteil. Die Haarfollikel schrumpfen. Gibt auch eine Studie dazu.

---

Im US-Forum hat das jemand für besseres Bartwachstum genommen und passiert ist genau das Gegenteil.

In einer anderen Studie hat es wieder gut geholfen.. aber auch nur bei Mäusen.

Wer IGF-1 erhöhen will, sollte besser Vitamin C nehmen. Topisch.

Das hat auch sonst noch sehr gute Haarwuchsfördernde Eigenschaften.

---

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Thu, 20 Sep 2012 06:14:47 GMT

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

---

Capsacin hat am Anfang eine kontraproduktive Wirkung da eben vermehrt die Substanz P ausgestossen wird. Aber mit der Zeit gewöhnt sich der Körper daran und eine verminderte Substanz P Ausstoss findet statt.

und in einem Monat sahst du plötzlich wie von heute auf morgen jünger aus?

Nicht von heute auf morgen sondern einfach jeden Tag ein wenig besser

Sprich Haut glatter usw...?

Jup glattere Haut und auch gefühlslage war super (Optimistisch, Glücklich)

Kann ich mir auch nicht so vorstellen aber will mich gerne eines Besseren belehren lassen.

Also dieses PQQ oder lieber gleich Omega-3 Öl?

Beides + Q10. Mit PQQ können die vorhanden Mitochondrien gestärkt werden und sogar bildung neuer angeregt werden.

und allgemein zum Thema Lebensmittel muss ich leider mike recht geben, da wir das ja täglich zu uns nehmen, wohingegen man damals die schädlicheren Abgase usw... nur n paar mal eingeatmet hat, und man ja schließlich nicht gegessen.

Also das stimmt schon irgendwie.

Nur was soll man machen? zig NEM's, nur noch Bio? Dann is man ja damit fast den ganzen Tag beschäftigt, und das waren unsere Großeltern sicherlich auch nicht....

Einfach ein wenig mehr auf die Inhaltsstoffe schauen. Sich ein wenig mehr gedanken machen was mann isst. Und ab und zu auf was verzichten.

---

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [knopper22](#) on Thu, 20 Sep 2012 06:39:05 GMT

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

---

reneschaub schrieb am Thu, 20 September 2012 08:14

Beides + Q10.

ok gib mal für alle 3 ne Empfehlung ab, bzw. Link.  
Was ist nun Q10 schon wieder?

---

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Thu, 20 Sep 2012 08:44:46 GMT

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

---

Coenzym Q10 (Ubichinon 50) ist an der Sauerstoffaufnahme der Zellen und ihrer Energieproduktion beteiligt. Zugleich hat Coenzym Q10 die Aufgabe, im Körper freie Radikale abzufangen, beziehungsweise ihre Entstehung zu verhindern. Ubichinone heißen diese Substanzen, weil sie im Prinzip von allen lebenden Zellen synthetisiert werden können (lateinisch ubique = überall).

Also

PQQ: Kann neue Mitochondrien bilden und vorhande erneuern. Sehr gutes Anti Aging Mittel.  
<http://www.iherb.com/Life-Extension-PQQ-Caps-with-Bio-PQQ-10-mg-30-Veggie-Caps/25980>

Q10:

<http://www.iherb.com/Jarrow-Formulas-Q-absorb-Co-Q10-100-mg-60-Softgels/142>

Anti Oxidantien: Kannst oben gennantes Q10 weglassen da diese hier auch Q10 enthalten. Zwar nur 30mg aber das sollte ausreichend sein.

<http://www.iherb.com/Source-Naturals-Renewal-Antioxidants-60-Tablets/4540>

Omega 3 + 6 + 9 + Toco (Natürlicher Vitamin E Komplex)

Gut fürs Hirn und zum abbau von Schwermetallen zb Quecksilber

<http://tricutis.de/?v=35-Vital Mix Oel&h=Tri-Omega>

L-threonate würde ich auch noch empfehlen. Habe ich gerade kürzlich entdeckt.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21034532>

<http://www.iherb.com/Solaray-Reacta-C-500-mg-180-Veggie-Caps/31522>

Bis aufs Omega Öl habe ich seit heute mit diesen Nems Angefangen.

(Anti Oxidantien Formel nehm ich schon seit 2 Wochen) und mit dem Öl fang ich bald wieder an.  
Kann ja dann berichten obs was bringt. Bin mir aber ziemlich sicher

---

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Gast](#) on Thu, 20 Sep 2012 08:48:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Rene, welche Produkte hast du denn momentan in deinem Regime?

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Thu, 20 Sep 2012 09:10:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ne ganze Schublade voll.  
L-Carnitin , Vitamin B5, Q10, Guarna, MSM, Test0 Jack, Astragalus etc etc

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 21 Sep 2012 16:16:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Finger weg von Capsaicin!  
Im Bart-Forum hat das jemand angewandt, weil er sich stärkeren Bartwuchs davon versprach.  
Und passiert ist das Gegenteil.  
Bart wurde immer lichter.

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [mike.](#) on Sat, 22 Sep 2012 16:30:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

reneschau schrieb am Thu, 20 September 2012 11:10Ne ganze Schublade voll.  
L-Carnitin , Vitamin B5, Q10, Guarna, MSM, Test0 Jack, Astragalus etc etc

und ich 3 Kartons voll inkl. ein ganzes Fach im Kühlschrank....

zwischen 2 und 40 Sachen wird das optimale Regimen sein ... wenigstens ein Rezeptorenblocker  
soll dabei sein..Topisch...

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Sat, 22 Sep 2012 19:07:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@mike

Was hast du den alles im Kühlfach?  
Was für ein Rezeptor Blocker? DHT?

Welches NEM hat dir bis jetzt am meisten gebracht?

---

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 22 Sep 2012 19:44:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Weniger ist mehr.

---

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Paperbird](#) on Sat, 22 Sep 2012 21:09:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das glaub ich auch.

---

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 03 Nov 2013 22:00:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Laut Wikipedia wirkt Substanz P stark Gefäßerweiternd, also ähnlich wie Minox.  
So schlecht für die Haare kann es also nicht sein.  
Und in der Capsaicin-Isoflavon-Studie kam es nach 5 Monaten bei 50% der Probanden zu Neuwuchs.  
Und Capsaicin erhöht Substanz P.  
Im Minox-Forum habe ich auch gerade eine Studie sowie Erfahrungsberichte aus dem US-Forum zum Thema  
Minox+Capsaicin gepostet.  
Sensationelle Ergebnisse!

---

---

Subject: Aw: Substanz P  
Posted by [NKM64](#) on Mon, 04 Nov 2013 05:26:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

welche PQQ , Q10 und Omega 3-6-9 könnt ihr empfehlen, die man problemlos in Deutschland kaufen/bestellen kann? iherb und eigentlich alles was aus den USA kommt fischt der Zoll gnadenlos ab, auch wenn es wirklich harmlose Substanzen sind (ist doch nur Schutz der Industrie hier und nicht Schutz der Gesundheit "ahnungsloser " Internetbesteller )

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [pilos](#) on Mon, 04 Nov 2013 08:28:26 GMT

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

---

reneschaub schrieb am Thu, 20 September 2012 11:44 Coenzym Q10 (Ubichinon 50) ist an der Sauerstoffaufnahme der Zellen und ihrer Energieproduktion beteiligt. Zugleich hat Coenzym Q10 die Aufgabe, im Körper freie Radikale abzufangen, beziehungsweise ihre Entstehung zu verhindern. Ubichinone heißen diese Substanzen, weil sie im Prinzip von allen lebenden Zellen synthetisiert werden können (lateinisch ubique = überall).

Also

PQQ: Kann neue Mitochondrien bilden und vorhande erneuern. Sehr gutes Anti Aging Mittel.  
<http://www.iherb.com/Life-Extension-PQQ-Caps-with-Bio-PQQ-10-mg-30-Veggie-Caps/25980>

Q10:

<http://www.iherb.com/Jarrow-Formulas-Q-absorb-Co-Q10-100-mg-60-Softgels/142>

Anti Oxidantien: Kannst oben gennantes Q10 weglassen da diese hier auch Q10 enthalten. Zwar nur 30mg aber das sollte ausreichend sein.

<http://www.iherb.com/Source-Naturals-Renewal-Antioxidants-60-Tablets/4540>

Omega 3 + 6 + 9 + Toco (Natürlicher Vitamin E Komplex)

Gut fürs Hirn und zum abbau von Schwermetallen zb Quecksilber

[http://tricutis.de/?v=35-Vital Mix Oel&h=Tri-Omega](http://tricutis.de/?v=35-Vital-Mix-Oel&h=Tri-Omega)

L-threonate würde ich auch noch empfehlen. Habe ich gerade kürzlich entdeckt.

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/21034532>

<http://www.iherb.com/Solaray-Reacta-C-500-mg-180-Veggie-Caps/31522>

Bis aufs Omega Öl habe ich seit heute mit diesen Nems Angefangen.

(Anti Oxidantien Formel nehm ich schon seit 2 Wochen) und mit dem Öl fang ich bald wieder an.

Kann ja dann berichten obs was bringt. Bin mir aber ziemlich sicher

ob das alles so stimmt...zumindest bei sportler hat q10 die prooxidation drastisch erhöht

---

Subject: Aw: Substanz P

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 04 Nov 2013 16:28:15 GMT

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

---

Wie kommt Reneschaub eigentlich auf die Idee, dass "Substanz P" schlecht für die Haare sein

soll?

Laut Studie + einigen Erfahrungsberichten scheint eher das Gegenteil der Fall zu sein:

<http://translate.google.de/translate?hl=de&sl=en&u=http://www.hairlosshelp.com/forums/message-view.cfm%3Fcatid%3D10%26threadid%3D68777&prev=/search%3Fq%3Dtopical%2Bcayenne%2Bpepper%2Bhair%2Bgrowth%26safe%3Doff%26biw%3D1366%26bih%3D624>

---