
Subject: Melatonin und Haarausfall

Posted by [NKM64](#) on Sat, 19 Jan 2013 13:28:54 GMT

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

Um besser durchschlafen zu können, nehme ich seit ein paar Tagen Melatonin, 3mg. Nun fiel mir ein, daß ich irgendwo gelesen habe (keine Ahnung mehr, wo!) daß Melatonin Haarausfall fördern würde. Eure Meinung? Kenntnisse? Danke!

Subject: Aw: Melatonin und Haarausfall

Posted by [Yes No](#) on Sat, 19 Jan 2013 19:43:03 GMT

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

Melatonin wird eher als hilfreich bei AGA gesehen; z.B. gibt es die Idee Melatonin topisch anzuwenden. Es gibt hier User, die das tun.

Subject: Aw: Melatonin und Haarausfall

Posted by [NKM64](#) on Sat, 19 Jan 2013 20:51:33 GMT

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

Und bei oraler Anwendung gibt's keine Probleme mit Haarausfall? Für topische Anwendung hab' ich auch positive Einschätzungen gefunden.

Wer ist hier User???

Subject: Aw: Melatonin und Haarausfall

Posted by [me too](#) on Sun, 20 Jan 2013 06:46:40 GMT

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

NKM64 schrieb am Sat, 19 January 2013 21:51 Und bei oraler Anwendung gibt's keine Probleme mit Haarausfall? Für topische Anwendung hab' ich auch positive Einschätzungen gefunden.

Wer ist hier User???

Ich nehme Melatonin immer mal wieder oral ein, aber niemals täglich, ich nehme 6 mg so ungefähr jeden vierten Tag.

Ob es was für die Haare bringt? Kann ich nicht mit Bestimmtheit sagen bei meinem umfangreichen Regimen, auch wenn Studien es als Topical bei Frauen für nützlich befinden.

Subject: Aw: Melatonin und Haarausfall

Posted by [Yes No](#) on Sun, 20 Jan 2013 10:35:46 GMT

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

NKM64 schrieb am Sat, 19 January 2013 21:51 Und bei oraler Anwendung gibt's keine Probleme mit Haarausfall? Wüsste nicht warum. Habe selbst mal insgesamt 180 Tabletten Melatonin a 3mg verbraucht und mir ist nichts negatives bzgl HA aufgefallen.

Zitat: Wer ist hier User??? Erst kürzlich ist mir das aufgefallen (2ter Beitrag unter "weiteres Regimen"): <http://www.alopezie.de/fud/index.php/t/22494/>

Lesematerial zu Melatonin vs Androgenaktivität: <http://www.hairloss-research.org/melatonin.html>

Subject: Aw: Melatonin und Haarausfall

Posted by [NKM64](#) on Sun, 20 Jan 2013 11:34:32 GMT

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

Danke, besonders für den englischen Artikel. War interessant und ich hoffe, ich habe alles richtig verstanden.

Subject: Aw: Melatonin und Haarausfall

Posted by [fonty](#) on Tue, 19 Mar 2013 10:53:34 GMT

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

Melatonin wirkt sich tatsächlich auf den Hormonhaushalt aus, ist aber meines Wissens nach kein Faktor beim Haarausfall. Im Gegenteil hat es positive Auswirkungen auf den sinkenden Hormonhaushalt, was soviel bedeutet wie: Melatonin als Anti Aging Waffe. Hier kannst du mehr lesen :

http://www.t-online.de/ratgeber/lifestyle/beauty/id_55964396/melatonin-als-wunderwaffe-beim-anti-aging-.html
