

---

Subject: Die ewig Jugend :-)

Posted by [capelli123](#) on Wed, 07 Aug 2013 12:47:48 GMT

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

---

Hallo zusammen

Wir alle sind sehr mit unserem Äusseren beschäftigt und viele in diesem Forum sind sehr kompetent.

Nun meine Frage an Euch, was tut Ihr - um Euer komplettes Äusseren in Schuss zu halten. Sprich, was macht ihr um im Gesicht die Falten zu verhindern und ein schönes, gesunden Gesicht zu halten? (Ich spreche nicht von viel Schlaf, Sport, wenig Stress und viel frischer Luft).

Dies aus aktuellen Anlass - Frage meiner Mutter Bei mir noch kein Problem...

Bin gespannt auf Eure Wundermittel oder Tipps.

Capelli

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)

Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Wed, 07 Aug 2013 13:14:43 GMT

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

---

Meine Mutter ist 65 und sieht immer noch gut aus. Keine einzige Falte im Gesicht. Sie hat mir mal gesagt das sie keine Cremes / Kosmetika nimmt da diese ehre kontraproduktiv sind.

Sie wäscht sich einfach am morgen das Gesicht mit Kaltem Wasser. Kaltes Wasser regt die Gluathoine Produktion an.

1g am Tag L-Carnosine soll angeblich sehr gut sein da es Zuckerverklumpungen Aufbrechen kann und so einige Fältchen wieder los wird.

Phytoöstrogene sollten IGF , AR Regulieren und somit für schönere Haut sorgen. Fermentierter Tofu enthält auch viele wertvolle Batterien für eine Gesunde Darmflora und Immunsystem.

Schwarztee Beutel ins Gefrierfach und dann auf die Augen soll gegen Augenringe helfen da dieser Gerbstoffe und Koffein enthält.

Alles was die Glutathoine Produktion ankurbelt / erhöht. PQQ kann die Mitochondrien bis um 20% erhöhen

Guter Blog über AA

<http://www.anti-agingfirewalls.com/2013/05/07/part-1-slaying-two-dragons-with-one-stone-how-to->

prevent-cancer-and-aging-with-the-same-strategy/

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)  
Posted by [Knorkell](#) on Wed, 07 Aug 2013 16:44:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zähne putzen.

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)  
Posted by [Schneeball](#) on Wed, 07 Aug 2013 17:23:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

capelli123 schrieb am Wed, 07 August 2013 14:47Hallo zusammen

Wir alle sind sehr mit unserem Äusseren beschäftigt und viele in diesem Forum sind sehr kompetent.

Nun meine Frage an Euch, was tut Ihr - um Euer komplettes Äusseren in Schuss zu halten. Sprich, was macht ihr um im Gesicht die Falten zu verhindern und ein schönes, gesunden Gesicht zu halten? (Ich spreche nicht von viel Schlaf, Sport, wenig Stress und viel frischer Luft).

Dies aus aktuellen Anlass - Frage meiner Mutter Bei mir noch kein Problem...

Bin gespannt auf Eure Wundermittel oder Tipps.

Capelli

Rauchen,Saufen,undgesund essen....usw

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)  
Posted by [LeroySmith](#) on Wed, 07 Aug 2013 17:30:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

sparsame verwendung von kosmetikprodukten nur aus natürlichen, hochwirksamen inhaltsstoffen und kohlenhydratarme, nährstoffreiche ernährung und das eine oder andere nahrungsergänzungsmittel

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)  
Posted by [PartyStar](#) on Wed, 07 Aug 2013 18:09:33 GMT

---

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

---

Meiner Meinung nach nicht viel, bis auf das was du eh schon weißt.

Rest ist genetisch bedingt.

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)

Posted by [MatteStattPlatte](#) on Wed, 07 Aug 2013 20:32:33 GMT

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

---

Botox, Unterspritzung, Liftig und Haartransplantation...

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)

Posted by [Gorilla](#) on Thu, 08 Aug 2013 07:02:15 GMT

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

---

Viel Trinken

Hautpeelings

Masken

Gesichtsmassagen

und halt Tagescreme etc

manche nutzen auch eine Hormoncreme, gibts hier einen langen Thread dazu. Soll angeblich ein Geheimtipp gegen Falten oder ähnliches sein.

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)

Posted by [MatteStattPlatte](#) on Thu, 08 Aug 2013 09:57:47 GMT

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

---

Gorilla schrieb am Thu, 08 August 2013 09:02 manche nutzen auch eine Hormoncreme, gibts hier einen langen Thread dazu. Soll angeblich ein Geheimtipp gegen Falten oder ähnliches sein.

Wirkt leider auch nicht:

<http://www.morgenpost.de/printarchiv/wissen/article887410/Hormoncreme-wirkt-nicht-gegen-Falten-im-Gesicht.html>

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)

Posted by [Haargon](#) on Thu, 08 Aug 2013 13:34:21 GMT

---

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

---

kein zucker, kein alkohol das macht besonders alt!  
Kokosfett, bepanthen antiseptic (hin und wieder)  
Nicht mit heißem Wasser waschen. Nicht so lang in der Stadt in der dreckluft bleiben.  
gut schlafen/ koin stress.....

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)  
Posted by [Knorkell](#) on Fri, 09 Aug 2013 10:28:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ewige Jugend wär schon schön...aber bevor ich mich an diese vergebene Hoffnung ewig klammere und wie diese ganzen bemitleidenswerten Gestalten über 50 eine Op nach der nächsten mache altere ich lieber in Würde und lebe nicht an der mir gegebenen Zeit vorbei. An mir darf ruhig alles altern. Ich mach Kraft und Kampfsport und das reicht. Keine Gesichtscremes, kein Peeling keine Enthaarung außer eben an den nötigen Stellen. Der einzige Bereich an dem mich das "altern" stört ist mein Oberkopf aber da das genau genommen nicht viel mit altern zu tun hat tu ich zumindest dagegen was ich kann. Ich denke auch erwachsen sein und aussehen hat seinen Reiz. Nur ALT aussehen ist für nen jungen Menschen irgendwie blöd.

---

---

Subject: Aw: Die ewig Jugend :-)  
Posted by [Aristo084](#) on Sat, 10 Aug 2013 15:20:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich trage ab und zu Kokosfett auf die Haut auf und nehme seit 3 Monaten täglich Kieselsäuregel.

---