
Subject: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [Shlomo](#) on Sat, 23 Nov 2013 20:27:11 GMT

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

Hallo,

ich benutze jetzt seit einer Woche Ket-Shampoo, zu meiner Enttäuschung leider ohne Wirkung. Auf meinem Kopf, besonders im Tonsur Bereich brennt und juckt es entsetzlich. Wenn ich mir morgens die Haare mit Ket wasche, dann wird der Juckreiz für gerade einmal ein paar Stunden gelindert, dass selbe Ergebnis erziele ich auch mit stink normalem Baby-Shampoo. Auch fängt meine Kopfhaut schnell an zu fetten. Wenn ich abends mit dem Finger übergehe, dann habe ich sofort einen richtigen Fettfilm darauf.

Braucht Ket so lange bis es wirkt? Ich habe sonst im Forum immer gelesen, dass das bei den meisten schon nach dem ersten Mal eine deutliche Besserung bringt. Ich habe jetzt schon viele Beiträge zu dem Thema gelesen, auch die Demodex Theorie. Leider habe ich jedoch nur äußerst wenig Lösungsansätze finden können, wenn Ket mal nicht wirkt.

Hat jemand ähnliche Erfahrungen gemacht und kennt vielleicht Alternativen zu Ket?

Ich hatte mir sonst überlegt wie folgt vorzugehen:

1. Teebaumöl - Soll ja nicht nur eine antiandrogene Wirkung haben, sondern auch Demodex Milben töten.
2. Anti-Entzündungs-Diät - Also auf Zucker verzichten, viel Obst, weniger getreide Produkte
3. Omega-3 Fettsäuren - Sollen ja auch gegen Entzündungen wirken
4. Haare nicht anfassen...
5. Nicht dran denken...

Besonders die beiden letzten Punkte scheinen auf jeden Fall die Symptome zu lindern. Klingt das nach einem guten Plan? Hat jemand noch Ergänzungen oder kann wie gesagt vielleicht sogar aus eigener Erfahrung sprechen?

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [pilos](#) on Sat, 23 Nov 2013 20:42:58 GMT

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

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/273092/#msg_273092

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [Aristo084](#) on Sat, 23 Nov 2013 20:43:42 GMT

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

Eine höhere Zinkdosierung soll bei Kopfhautjucken ja etwas helfen. ich komme mit meinen

ganzen Regimen auf insgesamt um die 50 mg Zink pro Tag. Nimmst du nur eine Omega 3 Fischölkapsel? Ich würde mal mind. 2 nehmen. Bei mir hat eine 180 mg EPA und 120 mg DHA.

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [Shlomo](#) on Sat, 23 Nov 2013 20:46:56 GMT

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

@pilos

Danke, klingt interessant, dass werde ich auf jeden Fall mal probieren. Alleine aus Kostengründen...

@Aristo084

Tja, hab die Packung leider gerade nicht zur Hand, nehme aber täglich zwei Kapseln. Das sind die von Aldi, falls dir das was sagt.

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [pilos](#) on Sat, 23 Nov 2013 21:12:14 GMT

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

Shlomo schrieb am Sat, 23 November 2013 22:46@pilos

Danke, klingt interessant, dass werde ich auf jeden Fall mal probieren. Alleine aus Kostengründen...

.

las dich inspirieren

es gibt mehr

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/f/10/>

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [Shlomo](#) on Sun, 24 Nov 2013 15:47:45 GMT

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

Hmmm, also ich will den Tag ja nicht vor dem Abend loben aber heute ist der Juckreiz schon deutlich weniger. Habe die letzten Tage immer Babyschampoo benutzt, vielleicht vertrage ich ja Ket auch einfach nicht. Könnte natürlich auch am Fischöl liegen, ich werds die Tage einfach mal beobachten müssen...

@pilos

Ja, hab deine Rezepte auch schon fleißig durchforstet

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sun, 24 Nov 2013 16:47:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wen du Omega 3 nimmst würd ich Weihrauch extrakt noch nehmen das sonst ein Teil zur Archadionsäure umgewandelt wird welche wiederum die "schlechten" PG?s Fördert. Halte nicht so viel von Omega 3 da mann versucht den Teufel mit dem Bezelbub auszutreiben. Einfach versuchen weniger Omega 6 Produkte zu konsumieren.

Was gut funktionieren könnte wäre Kokuswasser. Dieses hat MCT (kurzkettige Fettsäuren) und kann auch teilweise Quecksilber binden und ausleiten. MCT ist sehr gut zur Energie Gewinnung da bei den Mitochondrien 3x weniger freie Radikale entsehen als durch Zucker. Hat auch noch viele weitere Vorteile.

Viel Obst ist keine gute Idee. Wen Obst dann must du schauen das du dies nich kombiniert zb mit Flocken oder so. Also zb Müsli. Da das Obst schneller den Darm passiert. Wen man Flocken mitist welche längerbrauchen bleibt das Obst länger im Darm und fängt an zu Gehären / Faulen und hast so einen negativen Effekt.

Zum Frühstück kann ich dir ein Frühstücks Ei empfehlen. Da dies Biotin enthält , Schwefel etc.. Das mit dem Cholesterin ist quatsch. Da das ei auch eine Substanz enthält die die Cholesterin Aufnahme im Darm unterbindet. Bitte BIO Eier!

Als Nems:

2x R-ALA 100mg / Quecksilber chelatierung, Vitamin C & E Regenerierung
1-2 7 Keto DHEA / TPRV1 Inhibitor, Anti Aging Wirkung
ZMA / Zink Magnesium Formel / Verdrenkt Quecksilber, Aktiviert Enzyme

Topisch,

Mischung: ALOE Verga Gell 99 oder 100% mischen mit Jojoba oder Rizinus Öl als Träger Substanz + Lavendel,Bay, Eucalyptus, echte Pfefferminz Öl als Wirkstoffe (Anti Androgen und Entzündungshemmend)
Teebaum Öl kannst du auch nehmen aber sehr niedrig Dosieren da es im ganzen Körper wirkt

(Brust Bildung)

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [Shlomo](#) on Sun, 24 Nov 2013 18:33:48 GMT

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

Danke für die ausführliche Erklärung. Obst esse ich meistens zum Frühstück zusammen mit einem Ei und Schwarztee. Ja das mit diesen "Brustunfällen" bei Teebaumöl habe ich auch schon gehört, werde vorsichtig damit sein, vor allem da ich ja schon Fin nehme. Da meine finanziellen Möglichkeiten als Student nur sehr begrenzt sind werde ich mir wohl nicht alle NEMs leisten können. Welche sind denn deiner Meinung nach die Wichtigsten aus der Liste?

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [Ninguno](#) on Sun, 24 Nov 2013 18:52:56 GMT

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

Zitat: Was gut funktionieren könnte wäre Kokuswasser. Dieses hat MCT (kurzkettige Fettsäuren) und kann auch teilweise Quecksilber binden und ausleiten. MCT ist sehr gut zur Energie Gewinnung da bei den Mitochondrien 3x weniger freie Radikale entstehen als durch Zucker. Hat auch noch viele weitere Vorteile.

Hallo Rene kannst du mir bitte schreiben wo du diese Infos herhast? Gerne auch per PN. Merci.

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [ru-power](#) on Sun, 24 Nov 2013 18:54:14 GMT

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

probier mal die ketcreme/iso lösung täglich über nacht und vll noch bifon. dauert ein paar tage bis man etwas merkt..

ansonsten ist das shampoo relativ egal, eher kein h&s und ket...

entweder ist es progesteron oder ket/bifon wo es bei mir beseitigt hat[^] hat komischerweise im wirbel und ghes gejuckt, im märz hab ich mir sogar mal die kopfhaut blutig gekratzt.. besonders nach dem sport war es richtig heftig.

Wie gesagt, jetzt 0 jucken und 0 ausfall, 0 schuppen usw.. weiße kopfhaut

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?

Posted by [Shlomo](#) on Wed, 27 Nov 2013 10:06:19 GMT

Zitat:im märz hab ich mir sogar mal die kopfhaut blutig gekratzt

Autsch ... Das mit dem Sport habe ich übrigens auch festgestellt. Ich vermute fast das das mit dem Talg zu tun hat, denn wenn ich mir morgens die Haare wasche ist der Juckreiz immer besser, wo hingegen Abends, wenn die Kopfhaut fettiger ist, ein regelrechter Feuersturm auf meinem Kopf herrscht.

Ich habe jetzt aber mal zwei Nächte lang - ja entgegen aller Empfehlungen - unverdünntes Teebaumöl auf die "Brennpunkte" aufgetragen. Jetzt ist das Jucken einem gelegentlichen leichten Kribbeln gewichen und die Kopfhaut ist nicht mehr so fettig, allerdings auch nicht ausgetrocknet. Ich hatte mir schon überlegt, das dem Babyshampoo beizumischen, denke aber es wäre besser das tatsächlich nur als "Intensivkur" zu nutzen, wens mal wieder zu schlimm werden sollte.

Subject: Aw: Wie diese Mikroentzündungen in den Griff kriegen?
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Thu, 12 Dec 2013 10:03:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

http://www.derrano.ch/download/nutrition/2010-2_natuerlich_gesund_kokoswasser.pdf
<http://www.symptome.ch/vbboard/amalgam-entgiftung/96915-kokos-drink-amalgam-entgiftung.html>

Gibt sehr viele Quellen. Google Helps. Kokuswasser + Entgiften
