

---

Subject: Graue Haare

Posted by [tabasco](#) on Sat, 13 May 2006 16:29:04 GMT

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

---

Bin 31 Jahre alt und habe seit den letzten 1,5 Jahre einen starken Anstieg meiner grauen Haare beobachtet.

Kann es sein das am NAC liegt ?

Hat jemmand erfahrungen mit dem Antioxidant PABA (Aminobenzoesaure) gemacht ?

Finde die grauen Haare jetzt nicht allzu schlimm, werde wenn es keine alternativen gibt halt mit Färben beginen. Sind bis jetzt so (ca.10-20)auf dem ganzen Kopf verteilt, also noch nicht so akut.

Ach nochwas... meine grauen Haare sind Dick und kräftig wenn alle Haare so wären hätte ich wohl keine Probleme mit HA.

gruss  
tobasco

---

---

Subject: Re: Graue Haare

Posted by [kkoo](#) on Sat, 13 May 2006 17:37:17 GMT

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

---

tabasco schrieb am Sam, 13 Mai 2006 18:29Bin 31 Jahre alt und habe seit den letzten 1,5 Jahre einen starken Anstieg meiner grauen Haare beobachtet.

Kann es sein das am NAC liegt ?

Hat jemmand erfahrungen mit dem Antioxidant PABA (Aminobenzoesaure) gemacht ?

Finde die grauen Haare jetzt nicht allzu schlimm, werde wenn es keine alternativen gibt halt mit Färben beginen. Sind bis jetzt so (ca.10-20)auf dem ganzen Kopf verteilt, also noch nicht so akut.

Ach nochwas... meine grauen Haare sind Dick und kräftig wenn alle Haare so wären hätte ich wohl keine Probleme mit HA.

gruss  
tobasco

kann einfach das alter sein. oder mangel bzw. überdosis an bestimmten NEMs. Weiss nicht mehr welche. Glaube gelesen zu haben z.b. zuviel Selen macht graue Haare...

---

---

Subject: Re: Graue Haare

Posted by [pilos](#) on Sat, 13 May 2006 17:47:08 GMT

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

---

tabasco schrieb am Sam, 13 Mai 2006 18:29 Bin 31 Jahre alt und habe seit den letzten 1,5 Jahre einen starken Anstieg meiner grauen Haare beobachtet.

Kann es sein das am NAC liegt ?

Hat jemand erfahrungen mit dem Antioxidant PABA (Aminobenzoesaure) gemacht ?

Finde die grauen Haare jetzt nicht allzu schlimm, werde wenn es keine alternativen gibt halt mit Färben beginen. Sind bis jetzt so (ca.10-20)auf dem ganzen Kopf verteilt, also noch nicht so akut.

Ach nochwas... meine grauen Haare sind Dick und kräftig wenn alle Haare so wären hätte ich wohl keine Probleme mit HA.

gruss

tobasco

ist nur das alter und zerbreche nicht deinen kopf damit...ist bei mir genau so....

---

Subject: Re: Graue Haare

Posted by [login](#) on Sat, 13 May 2006 17:56:09 GMT

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

---

Wenn es nach mir gehen würde , würde ich meine AGA liebend gerne mit vollem grauen Haaren tauschen , selbst wenn ich erst 30 oder jünger wäre . Ich finde sowiso das Männer mit vollem grauem Haar total gut aussehen .

---

Subject: Re: Graue Haare

Posted by [kkoo](#) on Sat, 13 May 2006 18:33:57 GMT

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

---

login schrieb am Sam, 13 Mai 2006 19:56 Wenn es nach mir gehen würde , würde ich meine AGA liebend gerne mit vollem grauen Haaren tauschen , selbst wenn ich erst 30 oder jünger wäre . Ich finde sowiso das Männer mit vollem grauem Haar total gut aussehen .

---

---

Subject: Re: Graue Haare  
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Sat, 13 May 2006 20:15:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Ich finde sowiso das Männer mit vollem grauem Haar total gut aussehen.

Das hör ich auch immer wieder! Meistens wenn meine Mama mir auf die grauen Schläfen guckt. Bei mir hat das mit 23 angefangen.

---

---

Subject: Re: Graue Haare  
Posted by [Angie65](#) on Sat, 13 May 2006 20:42:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Kann ich bestätigen. Bei meinem Mann hat es auch Mitte 20 angefangen ( lag aber nicht an mir). Heute mit 42 ist er fast komplett grau. Er findet es schlimm, ich finde es sehr attraktiv.

---

---

Subject: Re: Graue Haare  
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Sat, 13 May 2006 21:07:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Da lob ich mir meinen Friseur. Der schneidet die Seiten kurz und schon sieht man kaum noch was davon.

Zitat:( lag aber nicht an mir)

---

---

Subject: Re: Graue Haare  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 14 May 2006 13:53:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Panhotensäure-Mangel ist verantwortlich für graue Haare.  
Natürlich spielt auch das Alter eine Rolle. Aber wer mit Mitte 20 schon graue Haare bekommt, kann es nur ein Mangel an einem bestimmten Stoff sein.

Der Alterungsprozess kann mit Mitte 20 beginnen oder mit Mitte 50. Ab wann er beginnt, das hat jeder einzelne selbst in der Hand.

---

---

Subject: Re: Graue Haare  
Posted by [frühaufsteher78](#) on Sun, 14 May 2006 14:52:18 GMT

---

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

---

Also bei mir grauts inzwischen auch kräftig, allerdings nur an den Seiten. Aber ehrlich gesagt, mich juckt es nicht, so lange es noch was gibt, das ergrauen kann.

---

---

**Subject: Re: Graue Haare**

Posted by [kkoo](#) on Sun, 14 May 2006 15:15:12 GMT

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

---

ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 14 Mai 2006 15:53Panthotensäure-Mangel ist verantwortlich für graue Haare.

Natürlich spielt auch das Alter eine Rolle. Aber wer mit Mitte 20 schon graue Haare bekommt, kann es nur ein Mangel an einem bestimmten Stoff sein.

Der Alterungsprozess kann mit Mitte 20 beginnen oder mit Mitte 50. Ab wann er beginnt, das hat jeder einzelne selbst in der Hand.

Woher weißt du das?

---

---

**Subject: Re: Graue Haare**

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 14 May 2006 21:16:47 GMT

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

---

kkoo schrieb am Son, 14 Mai 2006 17:15ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 14 Mai 2006 15:53Panthotensäure-Mangel ist verantwortlich für graue Haare.

Natürlich spielt auch das Alter eine Rolle. Aber wer mit Mitte 20 schon graue Haare bekommt, kann es nur ein Mangel an einem bestimmten Stoff sein.

Der Alterungsprozess kann mit Mitte 20 beginnen oder mit Mitte 50. Ab wann er beginnt, das hat jeder einzelne selbst in der Hand.

Woher weißt du das?

Das steht im Buch "Forever young" von Dr. Strunz.

---

---

**Subject: Re: Graue Haare**

Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Sun, 14 May 2006 21:19:30 GMT

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

---

Gesunde Einstellung Die versuche ich auch zu pflegen... Aber hinter der These von Strunz (ich mag ihn nicht, oller Dummschwätzer) lese ich auch mal her...

---

---

Subject: Re: Graue Haare

Posted by [kkoo](#) on Sun, 14 May 2006 21:35:43 GMT

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

---

ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 14 Mai 2006 23:16kkoo schrieb am Son, 14 Mai 2006 17:15ab-2007-volles-haar schrieb am Son, 14 Mai 2006 15:53Panthotensäure-Mangel ist verantwortlich für graue Haare.

Natürlich spielt auch das Alter eine Rolle. Aber wer mit Mitte 20 schon graue Haare bekommt, kann es nur ein Mangel an einem bestimmten Stoff sein.

Der Alterungsprozess kann mit Mitte 20 beginnen oder mit Mitte 50. Ab wann er beginnt, das hat jeder einzelne selbst in der Hand.

Woher weißt du das?

Das steht im Buch "Forever young" von Dr. Strunz.

und ist das belegt, mit studien etc.? der buchtitel macht schon skeptisch, klingt reißerisch.

---

---

Subject: Re: Graue Haare

Posted by [strike](#) on Mon, 15 May 2006 08:45:35 GMT

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

---

---

Subject: und ich leg nochmal was drauf strike ;)

Posted by [Quick](#) on Mon, 15 May 2006 10:31:17 GMT

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

---

strike schrieb am Mon, 15 Mai 2006 10:45

...ich habe auch noch was anzubieten zu den grauen Haaren:

- PABA-Mangel
- Kupfer-Mangel
- Perniziöse Anämie

LG strike

<http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/12972/8077955f4fe914a>

---

55119a19e909b22c9/?srch=melanin#msg\_12972

Quick

---

---

Subject: Re: und ich leg nochmal was drauf strike ;)  
Posted by [pilos](#) on Mon, 15 May 2006 14:27:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Quick schrieb am Mon, 15 Mai 2006 12:31

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/12972/8077955f4fe914a55119a19e909b22c9/?srch=melanin#msg\\_12972](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/12972/8077955f4fe914a55119a19e909b22c9/?srch=melanin#msg_12972)  
Quick

hilft alles null....

wenn einer nicht zur grauen haare neigt und nimmt das zeug dann heißt es..die ampullen haben geholfen....

wenn er trotz der ampullen graue haare bekommt...dann heißt es..er habe nicht genug getan.....

fazit....kokolores....

---

---

Subject: Re: und ich leg nochmal was drauf strike ;)  
Posted by [kkoo](#) on Mon, 15 May 2006 15:50:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Mon, 15 Mai 2006 16:27Quick schrieb am Mon, 15 Mai 2006 12:31

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/12972/8077955f4fe914a55119a19e909b22c9/?srch=melanin#msg\\_12972](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/12972/8077955f4fe914a55119a19e909b22c9/?srch=melanin#msg_12972)  
Quick

hilft alles null....

wenn einer nicht zur grauen haare neigt und nimmt das zeug dann heißt es..die ampullen haben geholfen....

wenn er trotz der ampullen graue haare bekommt...dann heißt es..er habe nicht genug getan.....

fazit....kokolores....

ist schon ein schei\*\* mit der medizin.

---

---

Subject: Re: Graue Haare  
Posted by [Kerl1979](#) on Mon, 15 May 2006 16:03:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Also ich find das mit den grauen Haare nicht so schlimm. Das kann doch bei einem Mann sehr interessant und gut aussehen (bin nicht homosexuell ). Frauen stehen laut Umfragewerte auch auf graue Schläfen. Andernfalls kann man ja immer noch färben.

---

---

Subject: Re: und ich leg nochmal was drauf strike ;)  
Posted by [Quick](#) on Mon, 15 May 2006 16:21:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Mon, 15 Mai 2006 16:27Quick schrieb am Mon, 15 Mai 2006 12:31

[http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/12972/8077955f4fe914a55119a19e909b22c9/?srch=melanin#msg\\_12972](http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/12972/8077955f4fe914a55119a19e909b22c9/?srch=melanin#msg_12972)  
Quick

hilft alles null....

wenn einer nicht zur grauen haare neigt und nimmt das zeug dann heißt es..die ampullen haben geholfen....

wenn er trotz der ampullen graue haare bekommt...dann heißt es..er habe nicht genug getan.....

fazit....kokolores....

wie stellt man denn fest ob jemand diese neigung zu grauem haar besitzt? die verschiedenen ursachen die dazu führen können kennt man ja...

dann könnte man genausogut sagen:

wenn einer nicht zur aga neigt und nimmt finasterid dann heißt es..finasterid habe geholfen....

wenn er trotz finasterid haarausfall bekommt...dann heißt es..er habe nicht genug getan.....

oder hat graues haar nur etwas mit genetik zutun und kann durch andere faktoren nicht beeinflusst und durch medikamente bzw. NEM nicht verbessert werden?

tino meint seine haarfarbe wäre durch NAC etwas dunkler geworden

Quick

---

Subject: Re: Graue Haare  
Posted by [kahlkopp](#) on Tue, 16 May 2006 20:38:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ganz Recht. War erlaube Strunz??

---

---

Subject: Re: Graue Haare

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 16 May 2006 22:32:28 GMT

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

---

Kerl1979 schrieb am Mon, 15 Mai 2006 18:03Also ich find das mit den grauen Haare nicht so schlimm. Das kann doch bei einem Mann sehr interessant und gut aussehen (bin nicht homosexuell ). Frauen stehen laut Umfragewerte auch auf graue Schläfen. Andernfalls kann man ja immer noch färben.

Ich würde das ganze etwas ernster sehen.

Wenn graue Haare kommen, bedeutet das immer dass jetzt ein "Alterungsprozess" los geht.

Wenn dieser mit Mitte 50 los geht, ist alles im grünen Bereich. Jeder wird alt. Das ist normal.

Wenn man hingegen schon mit 20 graue Haare bekommt (wenn auch nur stellenweise), dann bedeutet das frühzeitiger Alterungsprozess. Und das ist immer und ausschließlich negativ.

Dem Körper fehlen also irgendwelche Vitalstoffe. Die Ernährung ist schlecht.

- Zucker vermeiden
- Vitalstoff-Depots auffüllen
- Antioxidantien in hohen Dosen
- viel Eiweiß
- gesunde Fettsäuren

und ein allgemein gesunder Lebensstil.

Altern- das Gegenteil kann man essen.

Glaubt nicht länger an den Weihnachtsmann!!! Warum werden wir nicht einfach 120? Unsere innere Uhr wurde darauf eingestellt.

---

---

Subject: Re: Graue Haare

Posted by [strike](#) on Tue, 16 May 2006 23:03:58 GMT

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

---

---

Subject: Re: Graue Haare

Posted by [frühaufsteher78](#) on Wed, 17 May 2006 11:23:57 GMT

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

---

Ab welchem Alter sind denn graue Haare "legitim"?

---