
Subject: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 06 May 2014 19:51:17 GMT

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

Hallo Freunde,

wie ihr ja wisst, bin ich seit einigen Wochen der Überzeugung, dass die AGA durch Arteriosklerose + Kopfhaut-Verspannung (also die Kombination beider) verursacht wird. Das ist sogar durch Studien teilweise belegt, denn AGA-Leute erkranken deutlich häufiger an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung, was auf die Arteriosklerose zurückzuführen ist.

Vitamin B3, auch unter dem Namen Nikotonsäure oder Niacin bekannt, wirkt gegen Arteriosklerose.

Früher hat man geglaubt, der Effekt käme dadurch, dass das Vitamin B3 das Cholesterin senkt. Dem ist laut neuesten Forschungen aber nicht so.

Man hat herausgefunden, dass die Arteriosklerose vielmehr ein entzündlicher Prozess ist (jetzt werden viele hellhörig!) und das Vitamin B3 hemmt diese Entzündungsvorgänge an den Blutgefäßen. Siehe:

http://www.navigator-medizin.de/herz_gefaesse/aktuelle-nachrichten/826-nikotinsaure-hemmt-for-tschreiten-der-arteriosklerose.html

Des Weiteren wirkt das Vitamin B3 gefäßerweiternd und stark durchblutungsfördernd, also ähnlich wie Minoxidil.

Daher auch der berühmt-berüchtigte "Niacin-Flush". Es kommt zu starken Rötungen, ggf. sogar zu Hitzewallungen wegen der starken Durchblutung.

Und zu guter letzt gibts dazu auch eine kleine Pilot-Studie:

<http://translate.google.de/translate?hl=de&sl=en&u=http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17168873&prev=/search%3Fq%3Dtopical%2Bniacin%2Bhair%2Bgrowth%26biw%3D1366%26bih%3D622>

Vielleicht findet ja jemand noch die Original-Studie mit Details.

Und Niacin kann man natürlich auch oral einnehmen. In sehr hohen Dosierungen von mehreren 100 mg/Tag wird es auch schulmedizinisch gegen Arteriosklerose eingesetzt. Zumindest früher. Heute greift man vermutlich eher zu Mitteln, die man besser patentieren und vermarkten kann.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 06 May 2014 19:53:21 GMT

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

Laut Studien soll Niacin auch sehr gut die Talgproduktion regulieren.

Und die meisten AGA-ler haben eine sehr fettige Kopfhaut (ich auch).

Vermutlich kommt die starke Talgproduktion auch durch die Entzündungsvorgänge.

Niacin hemmt diese=> Keine fettige Kopfhaut mehr.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Tue, 06 May 2014 21:42:00 GMT

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

Die Niacin Formen haben vielseitige Vorteile:

http://www.seegartenklinik.ch/de/Vitamin_B3_-_Niacin,_Niacinamide,_Nikotins%C3%A4ure

Ich hab Niacinamid und Niacin (as inositol hexanicotinate) genommen um gegen Sonnenbrand zu schützen was super funktioniert hat.

Es wurde auch von einem Doktor für Entgiftung empfohlen. Die Therapie ist Niacin nehmen 30 Minuten Sport und dann für 30min in die Sauna. Nach 2 Wochen waren die meisten Patienten geheilt.

Aber Niacin hat auch seine Schattenseiten (PGD2)

<http://jpet.aspetjournals.org/content/327/3/665.full>

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 08 May 2014 14:37:35 GMT

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

Hier wird berichtet, dass Niacin zur Ausschüttung von Prostaglandin D2 führen soll (also das schlechte Prostaglandin für die Haare).

Aber wenn dieses Prostaglandin wirklich so schlecht für die Haare wäre, warum hat sich das Haarvolumen bei den Frauen in der Studie dann erhöht?

<http://translate.google.de/translate?hl=de&sl=en&u=http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18784348&prev=/search%3Fq%3Dniacin%2Bprostaglandin%2Bd2%26biw%3D1366%26bih%3D622>

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Yes No](#) on Thu, 08 May 2014 14:47:06 GMT

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

Die Sache ist dass B3 zwar die Haardurchmesser erhöht aber nicht die Haarzahl.

D.h. "Neuwuchs" sollte man allein damit nicht erwarten.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 08 May 2014 14:55:27 GMT

whathair? schrieb am Thu, 08 May 2014 16:47

Die Sache ist dass B3 zwar die Haardurchmesser erhöht aber nicht die Haarzahl.

D.h. "Neuwuchs" sollte man allein damit nicht erwarten.

Jetzt hab ich noch weiter recherchiert und da ist jemand aus einem US-Forum, der behauptet, dass Niacin zwar das Prostaglandin D2 freisetzt, jedoch nur deswegen, weil es das Cholesterin aus den Arterien entfernt und die Haarfollikel somit von diesem Prostaglandin befreit. Möglicherweise sind die hohen Werte von PRD2 bei AGA-Leuten auch nur auf deren Arteriosklerose zurückzuführen.

Keine Arteriosklerose= Kein PRD2 mehr.

Daraufhin recherchierte er und fand einen Bericht, wo jemand Niacin wegen Arteriosklerose und Herzproblemen einnahm und dann als Nebenwirkung feststellte, dass auch die Haare wieder wachsen.

Er selbst nimmt auch Niacin und berichtet von TOP Erfolgen. Zwar nimmt er auch noch zusätzlich Dut, aber dennoch...

Ich denke, Niacin könnte vielleicht DAS Mittel gegen AGA überhaupt sein.

Natürlich werde ich mich jetzt nicht zu weit aus dem Fenster lehnen, aber die Euphorie ist bei mir momentan sehr gross.

Es passt auch alles so gut zusammen... Ich bin davon überzeugt, JETZT haben wir endlich die Ursache gefunden!

AGA ist nichts anderes als eine Durchblutungsstörung, ausgelöst durch Arteriosklerose + Kopfhautverspannung.

<http://translate.google.de/translate?hl=de&sl=en&u=http://immortalhair.forumandco.com/t8422-niacin-flush-good-for-pgd2&prev=/search%3Fq%3Dniacin%2Bprostaglandin%2Bd2%26start%3D10%26sa%3DN%26biw%3D1366%26bih%3D622>

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Yes No](#) on Thu, 08 May 2014 15:03:33 GMT

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

Ich hatte mir vor langer Zeit mal Vitamin E-Nicotinat zur topischen Anwendung besorgt. Aus irgend einem Grund den ich nicht mehr erinnere habe ich es aber nur sehr kurz angewendet und den Rest des fast vollen Fläschchens verderben lassen.. Wahrscheinlich weil es so schlecht handhabbar war (ähnlich Leim).

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 16:09:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gerne würde ich die Dosis so ansetzen, wie sie auch bei Arteriosklerose angewandt wird (nämlich 2x am Tag je 500 mg).
ZUSÄTZLICH natürlich auch topisch. Ich erwäge eine 10%ige Tinktur.

Jetzt habe ich jedoch Bedenken, dass bei der oralen Einnahme davon vielleicht auch der Bartwuchs stärker werden könnte.
Denn Niacin wirkt ja fast genauso wie Minoxidil. Es erweitert die Gefäße.
Sind meine Bedenken berechtigt?

Ich benutze übrigens schon seit 10 Jahren ein Multivitamin-Präparat aus den USA, wo Niacin sehr hoch dosiert vorkommt.
Nämlich 40 mg pro Kapsel. Das ist natürlich schon enorm viel, wenn man bedenkt dass wir durch die Nahrung vielleicht gerade mal 1-3 mg pro Tag zu uns nehmen.
Und ab 40 mg soll es bereits zum Flush kommen.
Jetzt weiß ich endlich, wo meine Hitzewallungen her kommen.
Vermutlich ist dieses Multivitamin mit dem Niacin auch der Grund, warum meine AGA seit 10 Jahren nicht mehr schlimmer wurde.
Dennoch braucht es wohl eine deutlich höhere Dosis, um auch Neuwuchs zu erzielen.
Deswegen erwäge ich zu 1.000 mg/Tag.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [ocenmar](#) on Fri, 09 May 2014 19:07:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dann leg mal los

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 19:12:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nehme es schon seit 5 Monaten in hoher Dosis.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Yes No](#) on Fri, 09 May 2014 19:12:31 GMT

Genau, wir sind auf das überwältigende Ergebnis gespannt.. *Popcorn*

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 19:15:41 GMT

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

Nehm es aus anderen Gründen.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 19:28:30 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Fri, 09 May 2014 21:15Nehm es aus anderen Gründen.

Wie hoch ist denn die Dosis? Und hat sich Haarmäßig was getan?

Nimmst Du es nur oral oder auch topisch?

Wurde Dein Bartwuchs dadurch stärker? Und nimmst Du auch das richtige Niacin? Es gibt nämlich 2 Arten.

Einmal die Nikotinsäure und einmal das Niacinamid. Letzteres bewirkt KEINEN Flush und hat demzufolge auch keine Wirkung auf die Durchblutung.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 19:38:49 GMT

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

nehme zweites davon. 800 - 1000 mg täglich. bartwuchs gleich haare auch. allerdings fallen sie auch viel weniger aus dadurch, aber aus einem einfachen grund. weil es histamin senkt und somit das jucken und ekzeme wegbleiben. deswegen nehme ich es auch.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 20:17:05 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Fri, 09 May 2014 21:38nehme zweites davon. 800 - 1000 mg täglich. bartwuchs gleich haare auch. allerdings fallen sie auch viel weniger aus dadurch, aber aus einem einfachen grund. weil es histamin senkt und somit das jucken und ekzeme wegbleiben. deswegen

nehme ich es auch.

Du nimmst also das Flush-freie Niacinamid?

Dann solltest Du mal schleunigst umsteigen auf das Flush-Niacin. Denn nur das hat Gefäßerweiternde und durchblutungsfördernde Wirkung, ähnlich wie das Minoxidil.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 20:22:09 GMT

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

nein. mit flush

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 20:25:41 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Fri, 09 May 2014 22:22nein. mit flush

Sicher dass Du das mit Flush nimmst? Wenn ja, müsstest Du doch eigentlich den Flush auch spüren.

Hast Du denn keine Hitzewallungen?

Und woher willst Du wissen, dass nicht der durchblutungsfördernde Effekt des Niacins (statt des Histaminhemmenden) für Deinen HA-Stopp verantwortlich war?

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 20:37:39 GMT

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

spür ihn ja auch.

weil ich es ab der ersten anwendung gespürt habe. ähnlicher effekt wie bei sehr hoch dosierten vitamin c, weil auch histamin abbauend.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 20:54:49 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Fri, 09 May 2014 22:37spür ihn ja auch.

weil ich es ab der ersten anwendung gespürt habe. ähnlicher effekt wie bei sehr hoch dosierten vitamin c, weil auch histamin abbauend.

Das mag sein. Dennoch frage ich mich, wie Du auf die Idee kommst, dass Deine HIT etwas mit AGA zu tun haben soll / könnte.

Sowas höre ich zum ersten Mal. Eine AGA hat fast jeder Mann und ich glaube nicht, dass die alle unter einer HIT leiden.

Vielmehr erkläre ich mir die Wirkung auf Deine Haare, weil Niacin die Gefäße erweitert, genau wie Minoxidil.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 20:59:44 GMT

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

wie ich auf die idee komme? das ist nicht schwer. der haarausfall kommt mit kopfhaut-jucken und talg bildung bei mir. kein histamin - jucken/talg/haarausfall weg. normale ernährung - jucken, talg und haarausfall. ganz easy.

außerdem habe ich das die letzten jahre schon öfter mal gelesen, zb in us-foren.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 21:14:40 GMT

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

Das beweist gar nichts! Denn dieses Kopfhaut-Jucken hat hier so gut wie jeder!
Das ist ein typisches AGA-Symptom was NICHTS mit einer HIT zu tun hat!

Ich sehe die Ursache in der AGA die Arteriosklerose. Und laut Forschungsergebnissen ist die Arteriosklerose nicht nur eine Verkalkung der Arterien. Sondern da spielen diverse Entzündungsvorgänge eine Rolle. Daher kommt der Juckreiz und die Talgproduktion (fettige Kopfhaut).

Hier wird alles genau erklärt:

http://www.navigator-medizin.de/herz_gefaesse/aktuelle-nachrichten/826-nikotinsaure-hemmt-fortschreiten-der-arteriosklerose.html

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 21:18:11 GMT

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

von mir aus hat das jeder mit aga. trotzdem ist es weg wenn ich histamin meide und kommt wieder wenn ich mich normal ernähre.

und bei anderen HIER im forum ist das auch der fall. wirst du bemerken wenn du das hier mal liest <http://www alopezie.de/fud/index.php?t=msg&goto=251012>

JEDER der es probiert hat, hatte nach ganz wenigen tagen diesen effekt, aber alle sind zu faul oder verblendet der sache nachzugehen.

aber glaub was du willst.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 21:25:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn man bedenkt, dass die Ursache die entzündliche Arteriosklerose ist und man daraufhin die Histamin-Ausschüttung (durch Ernährung oder Niacin) reduziert, ist es doch nur logisch, dass dann auch die Arteriosklerose gebremst wird.

Das heisst aber doch noch lange nicht, dass die Ursache der AGA eine HIT ist. Wenn das so wäre, dann müssten ja auch Frauen und Kinder unter Alopezie leiden. Dass es keine Frauen und Kinder geben soll, die HIT haben, glaube ich nicht.

Deine Beobachtung / Feststellung bestätigt vielmehr meine These, dass die AGA durch entzündliche Arteriosklerose ausgelöst wird.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 21:33:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

puh. ja, von mir aus.

ne, so kann ich das nicht stehenlassen

histamin meiden bremst die symptome komplett, aber du glaubst nicht an einen zusammenhang (bei mir!). du bist witzig.
die Arteriosklerose kommt und geht also mit dem histamin aha. gut.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 21:42:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aber die Ursache ist die Arteriosklerose, nicht die HIT.
Da bin ich mir sicher.

Der Clou dabei ist nur: Behandelst Du die HIT, behandelst Du die Arteriosklerose automatisch mit. Weil die Arteriosklerose durch Entzündungen entsteht. Weniger Histamin=> Weniger Entzündungen => weniger Arteriosklerose => weniger Haarausfall.

SO einfach ist das.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 22:00:21 GMT

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

dann würde man nicht gleich beim ersten mal wenn das histamin gesenkt wurde einen effekt merken.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 22:12:05 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Sat, 10 May 2014 00:00dann würde man nicht gleich beim ersten mal wenn das histamin gesenkt wurde einen effekt merken.

Und warum nicht?

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 22:26:32 GMT

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

wenn doch deiner meinung Arteriosklerose der grund ist denke nicht dass das gleich bei einer einnahme verschwindet, oder?

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 22:47:37 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Sat, 10 May 2014 00:26wenn doch deiner meinung Arteriosklerose der grund ist denke nicht dass das gleich bei einer einnahme verschwindet, oder?

Nein, bei einer Einnahme natürlich nicht. Wäre dies der Fall, so würden Deine Haare ja bereits nachwachsen.

Das tun sie aber offensichtlich nicht.

Die Arteriosklerose ist ein schleichender Prozess. Und dieses Kopfhaut-Jucken ist ein Symptom von Entzündung.

Ein Haarausfall-Stopp kann sofort eintreten.

Nur für das Nachwachsen neuer Haare braucht es natürlich pikobello saubere Arterien.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 22:50:40 GMT

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

hm nehm mir das nicht übel kollege. aber ich glaub da eher an meine theorie.

und du wirst auch nicht lange deine glauben. ist doch immer so.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 09 May 2014 23:35:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Deine Theorie erklärt aber nicht (im Gegensatz zu meiner), warum Frauen und Kinder TROTZ HIT von AGA verschont bleiben.
1:0 daher für mich.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Intoleranz1](#) on Fri, 09 May 2014 23:49:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

erklär mir das genauer.

wer sagt das jeder der histaminintoleranz hat aga hat? keiner. wer sagt das hit die EINZIGE ursache ist? keiner. Das es bei MIR und einigen anderen aber Ursache oder mindestens DER Trigger ist, ist Fakt. Du dagegen hast nur mal wieder eine Vermutung wie so oft schon...

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 10 May 2014 00:28:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Intoleranz1 schrieb am Sat, 10 May 2014 01:49erklär mir das genauer.

wer sagt das jeder der histaminintoleranz hat aga hat? keiner. wer sagt das hit die EINZIGE ursache ist? keiner. Das es bei MIR und einigen anderen aber Ursache oder mindestens DER Trigger ist, ist Fakt. Du dagegen hast nur mal wieder eine Vermutung wie so oft schon...

Nein. Deine Theorie besteht aus einem Trigger.
Meine Theorie aber erklärt die Entstehung der AGA von Grund auf.
Noch dazu ist meine Theorie gar keine Theorie, sondern wissenschaftlich bewiesene Tatsache.
Männer mit AGA erkranken sehr viel häufiger an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung und das kommt immer durch Arteriosklerose.
Ist wissenschaftlich alles belegt.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Intoleranz1](#) on Sat, 10 May 2014 01:00:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So wie schon zig vorherige Theorien von dir.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 10 May 2014 02:14:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Intoleranz1 schrieb am Sat, 10 May 2014 03:00: So wie schon zig vorherige Theorien von dir.
Ähm... nein.
Wo habe ich geschrieben, dass z.B. die Übersäuerungs-Theorie wissenschaftlich bewiesen wurde? Nirgendwo!

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Knorkell](#) on Sat, 10 May 2014 02:41:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Sat, 10 May 2014 02:28: Intoleranz1 schrieb am Sat, 10 May 2014 01:49: erklär mir das genauer.

wer sagt das jeder der histaminintoleranz hat aga hat? keiner. wer sagt das hit die EINZIGE ursache ist? keiner. Das es bei MIR und einigen anderen aber Ursache oder mindestens DER Trigger ist, ist Fakt. Du dagegen hast nur mal wieder eine Vermutung wie so oft schon...

Nein. Deine Theorie besteht aus einem Trigger.
Meine Theorie aber erklärt die Entstehung der AGA von Grund auf.
Noch dazu ist meine Theorie gar keine Theorie, sondern wissenschaftlich bewiesene Tatsache.
Männer mit AGA erkranken sehr viel häufiger an einer Herz-Kreislauf-Erkrankung und das kommt immer durch Arteriosklerose.
Ist wissenschaftlich alles belegt.

Das ist kein Beweis sondern ein empirisches Indiz. Man hat erstmal nur irgendeine unbestimmte Art von Verbindung in der Studie auf die du dich beziehst festgestellt deren Ergebnis mit Vermutungen erklärt wird.

In US Staaten in denen die Todesstrafe abgeschafft wurde ist mit der Zeit die Kriminalitätskrate gesunken. Das kann an der Abschaffung der Todesstrafe liegen, kann aber auch an anderen Änderungen der Justiz oder einem Wirtschaftsaufschwung liegen.

Das ist der Unterschied zwischen einem evtl. Zusammenhang und einem kausalen Zusammenhang.

Von wissenschaftlichem Arbeiten NULL Ahnung aber immer behaupten alles was du sagst wäre wissenschaftlich "längst bewiesen" und in trockenen Tüchern.

Alles was mein weiß ist, dass ein diffuser Zusammenhang bestehen KÖNNTE.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Knorkell](#) on Sat, 10 May 2014 02:42:39 GMT

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

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Sat, 10 May 2014 04:14Intoleranz1 schrieb am Sat, 10 May 2014 03:00So wie schon zig vorherige Theorien von dir.

Ähm... nein.

Wo habe ich geschrieben, dass z.B. die Übersäuerungs-Theorie wissenschaftlich bewiesen wurde? Nirgendwo!

Ich bin ziemlich sicher schon ein paar mal gelesen zu haben, dass deine Theorien zur Übersäuerungstheorie irgendwie nachgewiesen wurden. Was dann in diesem Kontext für dich auch die Übersäuerungstheorie "beweisen" würde.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Hairy Potter](#) on Sat, 10 May 2014 07:22:35 GMT

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

Ab-2008-Norwood-null schrieb am Sat, 10 May 2014 01:35Deine Theorie erklärt aber nicht (im Gegensatz zu meiner), warum Frauen und Kinder TROTZ HIT von AGA verschont bleiben. 1:0 daher für mich.

Hilf mir nochmal bitte auf die Sprünge.

Wieso bekommen Frauen und Kinder nach deiner Theorie keine AGA?

Du glaubst also, dass PGD2 erhöht ist, weil eine Arteriosklerose vorliegt und mit B3 würde man das erhöhte PGD2 senken, obwohl es eigentlich bei einem Flush erhöht wird?

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sat, 10 May 2014 10:11:16 GMT

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

Eine Übersäuerung ist Fakt. Wir nehmen viel zu viel Säuren zu uns welche mit Basen neutralisiert werden müssen.

Intressant finde ich die Anti Acid Theorie.

Es geht nicht um komplett auf Säure zu verzichten sondern in einem Verhältniss von ca 20% Säure 80% Basen.

Zb Portulak Salat. Maximum an Magnesium auch einiges an Vitamin C Kalium etc. Olivenöl (neutral) Zitronensaft (Säure) Salz (Säure)

Je nach menge der Sauce liegt das Verhältnis bei 90% Basen 10% Säure.

Betreffend NAD kann es sein das es PGD2 kurzfristig erhöht. Dies wird aber innert kürzester Zeit abgebaut. Der Flush hält darum ja auch nicht ewig an. PGD2 wird von den Mastzellen

freigesetzt und der Flush kommt eigentlich durch Histamin. Die weitet die Gefäße und alles wird stark Durchblutet darum bekommt man meist auch ein rotes Gesicht.

Mit NAD (nicotinamide adenine dinucleotide) konnte nun auch das Alter in Mäusen innert 1ner Woche zurück gedreht werden.

<http://healthland.time.com/2013/12/19/reversing-aging-not-as-crazy-as-you-think/>

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 10 May 2014 15:53:40 GMT

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

Hairy Potter schrieb am Sat, 10 May 2014 09:22Ab-2008-Norwood-null schrieb am Sat, 10 May 2014 01:35Deine Theorie erklärt aber nicht (im Gegensatz zu meiner), warum Frauen und Kinder TROTZ HIT von AGA verschont bleiben.

1:0 daher für mich.

Hilf mir nochmal bitte auf die Sprünge.

Wieso bekommen Frauen und Kinder nach deiner Theorie keine AGA?

Du glaubst also, dass PGD2 erhöht ist, weil eine Arteriosklerose vorliegt und mit B3 würde man das erhöhte PGD2 senken, obwohl es eigentlich bei einem Flush erhöht wird?

Frauen und Kinder:

- 1.) entwickeln Frauen durchschnittlich erst 15 Jahre später eine Arteriosklerose
- 2.) haben sie deutlich weniger Muskel-Verspannungen (man sieht es schon daran, dass Frauen nur ganz selten Stirnfalten haben). Und die Arteriosklerose wird ganz sicher nicht die einzige Ursache für AGA sein (ansonsten würden ja auch die Körperhaare ausgehen). Vielmehr sehe ich hier die Kombination von Arteriosklerose + Kopfhautverspannungen.
- 3.) haben sie weniger Trigger-DHT und viel Haar- schützendes Östrogen.

Prostaglandin D2 wird ausgeschüttet. Das stimmt. Jedoch wird auch gleichzeitig das "gute" Prostaglandin E2 ausgeschüttet.

Wobei sich der negative Effekt auf die Haare wahrscheinlich wieder aufhebt.

Man sieht ja an dem User "Intoleranz1", dass hohe Dosen Niacin und damit auch hohe Dosen PRD2 den Haaren nicht schadet. Ganz im Gegenteil.

Einige aus dem US-Forum behaupten sogar, es würde das PRD2 aus den Haaren quasi herauspülen / entfernen.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 10 May 2014 15:58:52 GMT

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

reneschau schrieb am Sat, 10 May 2014 12:11Eine Übersäureung ist Fakt. Wir nehmen viel

zu viel Säuren zu uns welche mit Basen neutralisiert werden müssen.

Intressant finde ich die Anti Acid Theorie.

Es geht nicht um komplett auf Säure zu verzichten sondern in einem Verhältniss von ca 20% Säure 80% Basen.

Zb Portulak Salat. Maximum an Magnesium auch einiges an Vitamin C Kalium etc. Olivenöl (neutral) Zitronensaft (Säure) Salz (Säure)

Je nach menge der Sauce liegt das Verhältnis bei 90% Basen 10% Säure.

Betreffend NAD kann es sein das es PGD2 kurzfristig erhöht. Dies wird aber innert kürzester Zeit abgebaut. Der Flush hält darum ja auch nicht ewig an. PGD2 wird von den Mastzellen freigesetzt und der Flush kommt eigentlich durch Histamin. Die weitet die Gefäße und alles wird stark Durchblutet darum bekommt man meist auch ein rotes Gesicht.

Mit NAD (nicotinamide adenine dinucleotide) konnte nun auch das Alter in Mäusen innert 1ner Woche zurück gedreht werden.

<http://healthland.time.com/2013/12/19/reversing-aging-not-as-crazy-as-you-think/>

Niemand behauptet, dass eine Übersäuerung gesund ist!

Aber das bedeutet noch lange nicht, dass Säuren auch die Ursache für AGA sind.

Mal angenommen Du hättest Recht. Wie erklärst Du Dir dann die zahlreichen Ungereimtheiten:

1.) Warum machen diese Säuren Frauen und Kindern offensichtlich nichts aus?

2.) Warum gehen durch die Säuren nicht alle Körperhaare aus, sondern nur die Kopfhaare? Und selbst dort sind es nicht alle Kopfhaare, sondern nur ganz bestimmte Bereiche (GHE, Tonsur).

Das Puzzle-Stück passt nicht

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sat, 10 May 2014 21:27:52 GMT

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

Ich sehe NAD eher als wiederherstellung der Energie Versorgung vom koerper ist. Wenn NAD wirklich die Zellen so massiv verjuengen kann waere das Phantastisch.

Beim Laser wird ja auch Energie auf unser Koerper gestrahlt. Pulsierende Laser wirken besser. Ich vermute dieder Koerper produziert dadurch mehr ATP.

Wie bei einem Smartphone schliesst man unnoetige Programme schaltet Wifi Bluetooth aus. Einfach was man gerade entberen kann. Wieso sollte es bei der Maschine Mensch anders sein?

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 27 Mar 2015 16:23:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hab Niacin 1x topisch angewandt und es wirkt tatsächlich!
Die Blutgefäße in der Kopfhaut erweitern sich. Und das merkt man, weil die Kopfhaut dann wirklich anfängt rot zu werden.
Das Tolle an der Sache ist, dass sich dies nicht nur unmittelbar nach dem auftragen ergibt, sondern auch noch 12 Std. NACH dem auftragen!
Auch in sehr vielen Haarwuchsmitteln ist Niacin enthalten. Allerdings meist die amid-Version, sodass es zu KEINEM Flush kommt.
Genau dieser Flush ist aber das A und O!

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [PeterNorth](#) on Fri, 27 Mar 2015 18:17:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

moment mal

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 29 Mar 2015 15:59:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Seitdem ich Niacin topisch benutze, habe ich 24 Std. am Tag ein leichtes jucken der Kopfhaut. Zudem spüre ich, wie extrem gut die Kopfhaut durchblutet wird.
Es bewirkt eine richtige Erweiterung der Blutgefäße. Auch Minox soll ja auf diesem Prinzip beruhen. Doch bei Minox hatte ich dieses Gefühl nicht.
Ich glaube ja, dass Minox auch viel zu schwach ist, um irgendwas großartiges reissen zu können.
Bei einer hartnäckigen Alopie braucht es eben deutlich mehr als nur Minox.

Laut einer Studie soll Niacin topisch bei nur 2% schon die Talgproduktion enorm drosseln. Das ist genau den Effekt den ich haben möchte, denn Talgproduktion und AGA verlaufen beide parallel.
Wie oft habe ich schon gelesen: "Seitdem meine Kopfhaut nicht mehr fettet, wachsen die Haare wieder".
Bin mir sicher, dass der Talg einen ungünstigen Einfluss auf das Haarwachstum hat!
Immerhin bekommen Eunuchen nicht nur keine AGA, sondern auch kein seborrhoisches Ekzem.
Meine These: Durch die Durchblutungsstörung kann der Talg nicht mehr abfließen und verhornt mit den Haarfollikeln.
Niacin beseitigt nicht nur die Durchblutungsstörung, sondern hemmt zudem auch die Talgproduktion.
Mich wundert, dass Niacin topisch kaum jemand anwendet. Ein vergessenes und gar unterdrücktes Mittel gegen AGA?

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 29 Mar 2015 16:02:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nachtrag: In einigen Haarwuchsmitteln ist tatsächlich auch Niacin mit drin.
Jedoch so gut wie immer das Flush-FREIE Niacin (Niacinamid).
Deswegen kann es auch gar nicht wirken, denn der Flush (also die starke Erweiterung der Blutgefäße) ist ja das Ziel.
Ich verwende daher nur das Flush-Niacin.

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Chillhair](#) on Mon, 30 Mar 2015 08:22:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nimmst du es jetzt Oral oder topisch?

Subject: Aw: Topisches Vitamin B3 (Niacin / Nikotinsäure)
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 30 Mar 2015 13:50:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Chillhair schrieb am Mon, 30 March 2015 10:22Nimmst du es jetzt Oral oder topisch?

Beides. Aber die topische Applikation ist natürlich viel wirkungsvoller, denn so wirkt es direkt dort wo es wirken soll.
Laut einer Studie soll es sogar die Talgproduktion stark hemmen, bei nur 2%.
