

---

Subject: Magnesium-Mangel als Ursache von AGA  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 21 Nov 2014 17:42:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Angeblich haben fast alle Menschen einen Magnesium-Mangel.  
Magnesium wirkt ähnlich wie Vitamin K2, was bedeutet: Fehlt Magnesium, so setzt sich das Calcium in den Blutgefäßen (in diesem Fall in den kleinen Kapillar-Gefäßen der Haarfollikel) fest und verstopfen diese. Die Folge ist eine Durchblutungsstörung und wo kein Blut mehr fließt, können auch keine Haare mehr sprießen.

Dazu ein ausführlicher Artikel:  
<http://www.worldhairloss.org/index.php/forums/viewthread/93/P0/>

Übersetzt ins Deutsche:

[https://translate.google.de/translate?sl=en&tl=de&js=y&prev=\\_t&hl=de&ie=UTF-8&u=http%3A%2F%2Fwww.worldhairloss.org%2Findex.php%2Fforums%2Fviewthread%2F93%2FP0%2F&edit-text= &act=url](https://translate.google.de/translate?sl=en&tl=de&js=y&prev=_t&hl=de&ie=UTF-8&u=http%3A%2F%2Fwww.worldhairloss.org%2Findex.php%2Fforums%2Fviewthread%2F93%2FP0%2F&edit-text= &act=url)

---

---

Subject: Aw: Magnesium-Mangel als Ursache von AGA  
Posted by [Haar\\_Challenge\\_2021](#) on Fri, 21 Nov 2014 17:46:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Die Frage ist wieso kommt das Kalzium aus den Knochen und Zähnen ins Blut?  
Das Kalzium im Blut ist, ist wieder nur ein Symptom nicht die Ursache.

---

---

Subject: Aw: Magnesium-Mangel als Ursache von AGA  
Posted by [Aristo084](#) on Fri, 21 Nov 2014 17:58:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nehme Mangesiumchlorid/citrat schon sehr lange, wegen Krämpfen in den Füßen die ich oft nachts hatte. Die sind jetzt weg. Bei den Haaren bringt es aber 0%. Zumindest bei mir.

---

---

Subject: Aw: Magnesium-Mangel als Ursache von AGA  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 21 Nov 2014 18:10:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

reneschaub schrieb am Fri, 21 November 2014 18:46 Die Frage ist wieso kommt das Kalzium aus den Knochen und Zähnen ins Blut?  
Das Kalzium im Blut ist, ist wieder nur ein Symptom nicht die Ursache.  
Na, ganz einfach: Weil Magnesium fehlt.  
Magnesium ist der Gegenspieler von Calcium. Beide müssen im ausgewogenen Verhältnis im Blut vorhanden sein.

Bei einem Magnesium-Mangel wird Calcium aus Knochen und Zähnen gelöst. Deswegen ist Magnesium-Mangel auch die Hauptursache für Karies und nicht Calcium-Mangel, wie man immer geglaubt hat.

<http://www.gesundheitswerkstatt-detmold.de/index.php/gesundheitstipps/magnesiumchlorid>

---

---

Subject: Aw: Magnesium-Mangel als Ursache von AGA

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 21 Nov 2014 18:13:43 GMT

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

---

Aristo084 schrieb am Fri, 21 November 2014 18:58Nehme Mangesiumchlorid/citrat schon sehr lange, wegen Krämpfen in den Füßen die ich oft nachts hatte. Die sind jetzt weg. Bei den Haaren bringt es aber 0%. Zumindest bei mir.

Aber Du nimmst es oral, oder? Das ist natürlich was ganz anderes.

Denn: Oral kommt das Magnesium nicht bis zu den Haarfollikeln.

Warum nicht? Na, ganz einfach: Weil die Blutbahnen verstopft sind. Siehe:

<http://img710.imageshack.us/img710/6051/hairfollicle100xlabeled.jpg>

---

---

Subject: Aw: Magnesium-Mangel als Ursache von AGA

Posted by [Aristo084](#) on Fri, 21 Nov 2014 18:20:18 GMT

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

---

magnesiumchlorid inkl. pfefferminze in topischer Form habe ich auch versucht. Haarwässerchen sowie schon einige. Habe aber jetzt einen Minoxersatz gefunden.

Edit: Nehme ja auch seit Monaten K2 m7 und Lecithin, da kann nix mehr verstopft sein...bei einem anderen Menschen viell. schon. Ich habe schon vieles probiert. Mein neuester Versuch ist die Candida Diät. Mittlerweile habe ich eine Woche zuckerfrei geschafft und das mache ich jetzt noch ein paar Wochen. zusätzlich noch jeden Tag pilztötende Lebensmittel wie Knoblauch und Kokosöl.

Ich kombiniere derzeit alles und nehme zusätzlich noch Dut oral (jetzt 2 Monate nw frei) ein, weils einfach nicht anders geht und mit der alternativen herumtesterei nur noch mehr Haare flöten gehen und ich so nicht weiter komme.

---

---

Subject: Aw: Magnesium-Mangel als Ursache von AGA

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 21 Nov 2014 20:29:13 GMT

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

---

Magnesiumchlorid alleine wird kaum penetrieren können.

Du musst es vermischen mit MSM und/oder DMSO

---

---

Subject: Aw: Magnesium-Mangel als Ursache von AGA

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 21 Nov 2014 20:30:43 GMT

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

---

Und im Idealfall sollte das Ganze auch die ganze Nacht auf der Kopfhaut einwirken, also via Frischhaltefolie.

Das hat der junge Mann in dem Artikel auch erwähnt. Studien haben gezeigt, dass Magnesium topisch erst in den Körperkreislauf einzieht, wenn es lange genug auf der Haut einwirken kann.

---

---

Subject: Aw: Magnesium-Mangel als Ursache von AGA

Posted by [Tom10](#) on Fri, 21 Nov 2014 20:55:33 GMT

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

---

[quote title=Ab-2008-Norwood-null schrieb am Fri, 21 November 2014 21:30]Und im Idealfall sollte das Ganze auch die ganze Nacht auf der Kopfhaut einwirken, also via Frischhaltefolie.

Das hat der junge Mann in dem Artikel auch erwähnt. Studien haben gezeigt, dass Magnesium topisch erst in den Körperkreislauf einzieht, wenn es lange genug auf der Haut einwirken

---