
Subject: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 12 Jan 2015 18:50:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hier schreibt jemand:

Zitat:

das kenne ich nur all zu gut.....bevor ich wusste das ich ne LI und HI habe,hatte ich auch immer starke probleme mit haut und haaren.ich bekam blöderweise im gesicht immer vereinzelt große rote flecken,aus denen wiederum wurden dicke knobbel und die fiesen dinger waren erst nach monaten abgeheilt,an manchen stellen sind narben geblieben und leichte akne kam dazu und das alles tauchte immer dann auf nachdem ich früher "normale milch" getrunken hatte,...mittlerweile ist es viel viel besser geworden....mit den haaren habe ich jetzt genau das gegenteil erst zu fettig,obwohl schulterlang,jetzt sind die haare trocken ohne ende
<http://www.libase.de/wbb/index.php?page=Thread&threadID=39795>

Da sehe ich schon einen deutlichen Zusammenhang! Speziell für diejenigen, die Laktose-Intoleranz haben.

Die Milch kann nicht richtig verdaut werden und so kurbelt der Körper kräftig die Talgproduktion in der Kopfhaut an, um sich der Milch zu entledigen. Und dieser Talg ist voller DHT und verstopft die Haarfollikel. Deswegen gehen in den muskelverspannten Bereichen die Haare aus. Daher auch das typische AGA-Muster.

Hat jemand mal auf Milch verzichtet und wenn ja, wie sind Eure Erfahrungen?

Wer sich näher über die Gefahren der Milch informieren möchte, dem empfehle ich folgendes Seminar von Dr. Veith (Dauer ca. 1,5 Std.):

Achtung: Wissenschaftlich!

<https://www.youtube.com/watch?v=jEExUb6Z8X0>

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?
Posted by [Trinitas](#) on Mon, 12 Jan 2015 22:16:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich habe mir jetzt nicht den Film reingepiffen- aber ich habe ihn mal durchgescrollt und mir die Zusammenfassungen und Diagramme angesehen- auf den schnellen Blick sah ich- dass sich die Argumentation sehr stark auf Auswertungen aus Regionen stützt, die historisch eher wenig Bezug zur Nahrungsaufnahme von Milch und Milchprodukten der Kuh haben- das war mein Eindruck. Europa kam irgendwie nicht vor- Nordeuropa gar nicht.

Man muß mehrere Dinge sehen- viele Menschen, die nun Milchprodukte konsumieren, haben aus der eigenen Ernährungsgeschichte heraus vordem keinen Bezug zu Kuhmilch.
Zweiter Aspekt- wir wissen doch gar nicht, in wie weit sich die Methoden der modernen Tierproduktion (furchtbares Wort)- also das veränderte Tierfutter, fehlende Freilandhaltung ohne Herdentrieb und ebenso die moderne Weiterverarbeitung der tierischen Produkte- Milch,

angereichert mit Rückständen, veränderten Stoffwechselprodukten aus falscher Nahrung und evt. noch mit vorgeschriebenen Zusätzen?? zur Haltbarmachung- also wie sich das alles in der Summe auf unser Verdauungssystem auswirkt? Erst recht bei Menschen in Ländern, die ernährungsphysiologisch gar nicht an Milch gewohnt sind (wir Nordeuropäer schon).

Weiß eigentlich noch jemand, wie frische, gereinigte Milch wirklich schmeckt? Also nicht der fettreduzierte H-Milchmist? Oder wie frische Butter schmeckt?

Zitat:Hat jemand mal auf Milch verzichtet und wenn ja, wie sind Eure Erfahrungen?

Wir essen sehr viel Obst und Gemüse. Aus eigener Erfahrung kann ich deswegen sagen, dass zusammen damit und Milch bei streßiger Lebensweise oder Schlafmangel sich das auf den Darm auswirkt und in letzter Konsequenz auf den Stuhlgang.

Übertreibt man es nicht- ist alles i.O.

Ein Leben ohne Milch hatte davon abgesehen nichts geändert. Wir essen ohnehin reduziert Wurst und Fleisch- d.h. wir verzichten bewußt regelmäßig an festgelegten aufeinanderfolgenden Tagen der Woche vollständig darauf.

Wenn man nun noch auf Milchprodukte verzichten sollte- z.B. Käse, Butter, etc., wird es nahrungstechnisch irgendwie öde. Nun gibt es noch Leute, die sagen Getreideprodukte und Brot sei gaaannnz schlecht.

Ich seh mich schon Körner knabbern und gelangweilt auf einem Salatblatt herumummelnd lustlos und frierend in einer Ecke hocken.

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [Knorkell](#) on Mon, 12 Jan 2015 22:26:29 GMT

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

<http://www.t-nation.com/diet-fat-loss/not-so-ugly-truth-about-gluten>

Bezüglich Gluten.

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [Peder](#) on Tue, 13 Jan 2015 08:16:37 GMT

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

Mit Milch ist es wie mit Weizenprodukten. Zuviel ist nicht gut, ich versuche so wenig wie möglich von beidem zu mir zu nehmen

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [Blackster](#) on Tue, 13 Jan 2015 14:20:50 GMT

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

Und warum haben Frauen dann keinen Haarausfall ?

Alles schon 1000 Mal durchgekaut.

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [Ninguno](#) on Tue, 13 Jan 2015 14:27:24 GMT

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

Blackster schrieb am Tue, 13 January 2015 15:20 Und warum haben Frauen dann keinen Haarausfall ?

Alles schon 1000 Mal durchgekaut.

Ich antworte mal für Norwood:

Na die Frauen haben doch die Menstruation um sich der Milch zu entledigen.

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [Blackster](#) on Tue, 13 Jan 2015 14:31:17 GMT

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

Und wir scheiden das über den Urin aus, wie bereits erwähnt.

Gerade morgens nach dem Aufstehen ist doch die Pisse deutlich dunkler als sonst über den Tag verteilt.

Würde gerne mal Gründe hören, warum wir AGA haben und Frauen eben (größtenteils) nicht.

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [czech95](#) on Tue, 13 Jan 2015 15:12:53 GMT

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

Ich kann zumindest sagen, dass ich von Milch unreine Haut und eine fettige Stirn bekomme und subjektiv fetten meine Haare auch schneller. Allerdings ist es bei mir nur die reine Milch, Sahnesaucen, Puddings etc. sind kein Problem.

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [mike.](#) on Tue, 13 Jan 2015 15:52:49 GMT

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

Blackster schrieb am Tue, 13 January 2015 15:31 Und wir scheiden das über den Urin aus, wie bereits erwähnt.

Gerade morgens nach dem Aufstehen ist doch die Pisse deutlich dunkler als sonst über den Tag verteilt.

Würde gerne mal Gründe hören, warum wir AGA haben und Frauen eben (größtenteils) nicht.

das ist zu über 90% die hormonelle Ausstattung

das habe ich selber schon ausprobiert..meine AGA war gestoppt und mein Haar wurde fast wieder wie Ursprung ... dann habe ich wieder abgesetzt und wieder eine männliche hormonelle Ausstattung bekommen ... siehe da.. AGA.

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 Jan 2015 19:07:50 GMT

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

Zitat: Also ich habe mir jetzt nicht den Film reingepiffen- aber ich habe ihn mal durchgescrollt und mir die Zusammenfassungen und Diagramme angesehen- auf den schnellen Blick sah ich- dass sich die Argumentation sehr stark auf Auswertungen aus Regionen stützt, die historisch eher wenig Bezug zur Nahrungsaufnahme von Milch und Milchprodukten der Kuh haben- das war mein Eindruck. Europa kam irgendwie nicht vor- Nordeuropa gar nicht.

Nord- und Mitteleuropa kam sehr wohl vor!

Und es ist sogar so, dass diejenigen die keine Laktose-Intoleranz haben, eher schlechter dran sind!

Denn bei denen wird der Milchzucker in Galaktose und Glukose gespalten.

Galaktose soll sich überall im Gewebe anreichern und zu grauem Star, Cellulites etc. führen.

Die Laktose-Intoleranz ist somit eine nützliche Schutzfunktion unseres Immunsystems.

Bedenke auch wie viele Menschen in Europa keine Milch vertragen bzw. eine Milchallergie haben von der sie nichts wissen.

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 Jan 2015 19:17:24 GMT

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

Ninguno schrieb am Tue, 13 January 2015 15:27 Blackster schrieb am Tue, 13 January 2015 15:20 Und warum haben Frauen dann keinen Haarausfall ?
Alles schon 1000 Mal durchgekaut.

Ich antworte mal für Norwood:

Na die Frauen haben doch die Menstruation um sich der Milch zu entledigen.

Genau so ist es.

Frauen entgiften über die Menstruation. Männer über die Kopfhaut. Warum gerade über die Kopfhaut? Weil dort die meisten Talgdrüsen sind. Und was ist eigentlich Talg? Talg ist eine Substanz, die zu 95% aus purem FETT und 5% aus Cholesterin besteht.

Die meisten Toxine sind fettlöslich. Daher die erhöhte Talgproduktion bei Vergiftungen.

Dazu kommen aber noch eine Reihe weiterer Faktoren:

- die fürs Kopfhaarwachstum wichtige Substanz Cholin kann bei Frauen selbst durch das Östrogen hergestellt werden. Bei Männern nicht bzw. kaum.

- Frauen haben weniger Muskelverspannungen (vermutlich weil sie weniger Muskelmasse haben)

- Frauen haben mehr Körperfett, vermutlich auch in der Kopfhaut. Nicht zu verwechseln mit dem TALG!

Das Körperfett sitzt eine Etage tiefer. Und ist wichtig für die Vitamin D-Resorbtion.

- Auch die Verkalkung der Blutgefäße spielt bei AGA eine Rolle. Auch hier schützt wieder das Östrogen.

Deswegen bekommen Frauen erst durchschnittlich 15 Jahre später eine Arteriosklerose als Männer.

- Frauen haben viel weniger DHT in der Kopfhaut als Männer.

Das bedeutet, dass sie deswegen auch eine niedrigere Talgproduktion in der Kopfhaut haben. Wissenschaftlich bewiesen ist auch, dass Eunuchen keine AGA bekommen und auch keine fettige Kopfhaut!

Früher dachte man, Eunuchen hätten eine höhere Lebenserwartung. Aber soweit ich weiß wurde das auch schon widerlegt.

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 13 Jan 2015 19:24:06 GMT

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

Blackster schrieb am Tue, 13 January 2015 15:31 Und wir scheiden das über den Urin aus, wie bereits erwähnt.

Gerade morgens nach dem Aufstehen ist doch die Pisse deutlich dunkler als sonst über den Tag verteilt.

Über die Nieren kann der Körper logischerweise nur die wasserlöslichen Toxine ausscheiden.

Das sind in der Regel aber nur sehr wenige.

Die meisten sind fettlöslich. Und das geht nur über die Kopfhaut durch erhöhte Talgproduktion (denn Talg ist zu 95% pures Fett) oder durch Ausscheidung der Gallensäure. Denn hier werden auch sehr viele Toxine gespeichert.

Doch dazu muss man sehr viel Fett konsumieren. Denn Gallensaft wird nur bei fettreichen Mahlzeiten ausgeschüttet.

Wer sich fettarm ernährt, der lebt leider äußerst ungesund.
Besonders gut kann man sich über Rizinusöl entgiften. Denn bei Rizinusöl wird die gesamte ausgeschüttete Galle auch wirklich ausgeschieden.
Bei herkömmlichen Ölen wie Olivenöl etc. werden immer 90% des ausgeschütteten Gallensafts wieder in die Gallenblase rückresorbiert (enterohepatischer Kreislauf).
Das ist wohl auch der Grund, warum nach jahrelanger Entgiftung durch Rizinusöl auch die Kopfhare plötzlich wieder wachsen und parallel dazu auch die Talgproduktion der Kopfhaut eingestellt wird.

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [Trinitas](#) on Tue, 13 Jan 2015 20:48:30 GMT

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

@Ab-2008-Norwood-null

Zitat:Nord- und Mitteleuropa kam sehr wohl vor!
in den Diagrammen und Texttafeln? Ich habe viele durchgelesen und angesehen -da habe ich es wohl übersehen...

Zitat:Und es ist sogar so, dass diejenigen die keine Laktose-Intoleranz haben, eher schlechter dran sind!

Denn bei denen wird der Milchzucker in Galaktose und Glukose gespalten.
Galaktose soll sich überall im Gewebe anreichern und zu grauem Star, Cellulites etc. führen.
Ich weiß nicht- mit solchen verallgemeinernden Schlußfolgerungen würde ich vorsichtiger umgehen. Man kann nicht aus allen einzelnen Prozessen oder Stoffen eine generelle Gefährdung ableiten, nur weil sich unter bestimmten Umständen Risiken bei bestimmten Personengruppen erhöhen.

Zitat:Die Laktose-Intoleranz ist somit eine nützliche Schutzfunktion unseres Immunsystems.
So wie ich das gelesen habe, handelt es sich dabei um ein Enzymproblem im Darm, wobei der Milchzucker nicht verwertet werden kann.

Es besteht von außen gesehen in der Reaktion eine Ähnlichkeit mit dem Abwehrverhalten des Immunsystems- das stimmt.

Wenn man es genau nimmt, ist der Milchkonsum an Trinkmilch, Milchpulvern usw. bei uns auch erst seit Mitte des 20. Jahrhunderts so angestiegen. Ich schätze, dass das vorher weitaus geringer war und schon gar kein Massenphänomen im Konsum. Gleichzeitig sind aber wie schon beschrieben, sehr viele schädliche Umwelteinflüsse dazugekommen, ebenfalls ist die Milch selbst auch belastet- Hormone, Medizinerückstände etc.. Nun beim Einzelnen ausmachen zu wollen, was welchen Einfluß hat und welche Folgen, dürfte sehr schwer sein. Das ist ja das Problem mit Hochrechnungen- man betreibt sie immer unter der Berücksichtigung, aber auch unter Ausschluß bestimmter Kriterien.

Zitat:Die meisten Toxine sind fettlöslich.

Ob das nun die meisten sind, weiß ich nicht- es ist aber richtig, dass vom Fettgewebe auch jede Menge Schadstoffe gebunden werden.

Wir Menschen sind quasi Sondermüll- hochtoxisch- will gar nicht wissen, ob ein Biss eines

heutigen Menschen bei einem Menschen von vor ein paar hundert Jahren nicht eine Blutvergiftung auslösen würde

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?
Posted by [peci123](#) on Wed, 14 Jan 2015 14:29:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Trinitas schrieb am Tue, 13 January 2015 21:48

Wir Menschen sind quasi Sondermüll- hochtoxisch- will gar nicht wissen, ob ein Biss eines heutigen Menschen bei einem Menschen von vor ein paar hundert Jahren nicht eine Blutvergiftung auslösen würde

Nicht nur bei einem damaligem - auch heute liegt die Chance auf eine Blutvergiftung bei ~50%. Menschenbisse sind durch die Vielzahl am Microorganismen, die in der Mundflora gedeihen, weitaus gefährlicher als Tierbisse(*20%)

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?
Posted by [Trinitas](#) on Wed, 14 Jan 2015 19:49:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@peci123

Könnte man aus dieser Erkenntnis nicht gleich einen neuen Business machen? Zum Beispiel unsere Leichen den Indios im Urwald als neues Pfeilgift verkaufen....
Die Regeln der Werbung und Marktstrategien beherrschen wir doch aus dem FF- sollte doch auch dabei funktionieren- Wandel durch Handel

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?
Posted by [mike.](#) on Wed, 14 Jan 2015 20:10:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Trinitas schrieb am Wed, 14 January 2015 20:49@peci123

Könnte man aus dieser Erkenntnis nicht gleich einen neuen Business machen? Zum Beispiel unsere Leichen den Indios im Urwald als neues Pfeilgift verkaufen....
Die Regeln der Werbung und Marktstrategien beherrschen wir doch aus dem FF- sollte doch auch dabei funktionieren- Wandel durch Handel

so ein zufall..

ich sehe mir gerade "body farm" an und du sprichst davon

https://www.google.at/search?q=bodyfarm&client=opera&hs=xpq&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ei=FM22VNKGlcOwUbjxg4gP&ved=0CAgQ_AUoAQ&biw=1366&bih=660

Subject: Aw: Milch- und Milchprodukte eine potenzielle Ursache für AGA?

Posted by [Trinitas](#) on Wed, 14 Jan 2015 21:22:38 GMT

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

da ist kein Handel mehr- nur noch Wandel

die haben alle eindeutig zu lange Fin genommen- da ist ja alles im Eimer

Unglaublich, wie sich manche Körper deformieren- erkennt man kaum noch. Manche Bilder sind tatsächlich auf ziemlich groteske Art beinahe kleine Kunstwerke.
