
Subject: liste antioxidantien

Posted by [tino](#) on Thu, 01 Jun 2006 19:07:55 GMT

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

irgedjemand wollte es wissen

NAC 1800-2000 mg tgl. NAC200 von ct(8 eur 50 Stück)

Vit C 2000 mg tgl Eine Dose koster 1 eur 80 in der Apotheke.

Kupfer 1 mg tgl (Kupferorotat 1 mg Kapseln(c.a 15 eur)

Vit E 400 ug tgl Vit E Ratiopharm 400 1 mal tgl(c.a 8 Eur)

Zink 30-40 mg tgl Zinkorot 25/50 Stück c.a 10 Eur

Folsäure 10 mg tgl.Folsäure Ratiopharm 5 (c.a 15 Eur.(Billiger Reformhaus)

Ferritin(falls niedrig),2 mal Ferro Sanol tgl.(c.a 9 Eur)

Selen loges 300 30 Stück ein paar Eur

Wenn möglich 2 mg Melatonin abends.(I Net Bestellung Vitaminusa/c.a 30 Eur)

Ein Multimineral und ein Multivitaminpräpperat tgl.(Multibionta Multimineral forte (c.a 15 Eur)

Alpha-Lipolic Säure 500-600 mg tgl(siehe bei Tristan)

Eine hochkonzentrierte Aminoampulle tgl. Aminoblast Weider Megaforte(c.a 40 Eur)

Acetyl-LCarnitin von Chemacon GMBH(über Apo),..ist allerdings sehr teuer obwohl das billigste Präpperat.

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [hansdampf](#) on Thu, 01 Jun 2006 19:13:11 GMT

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

Nach der genauen Befolgung dieser Liste garantierst du zu 99%, dass ein HA-Stopp eintritt? Wie kommst du auf die kühne These (Diese Behauptung entnehme ich einem anderen Beitrag zum selben Thema von dir)? Würde ich nur gerne wissen, bevor ich mein Pulver für Vitamine verpulvere . Könntest du dich in der Darstellung allerdings darum bemühen, es so darzustellen, dass es auch ein "Laie" versteht?

Gruß

hansdampf

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [tino](#) on Thu, 01 Jun 2006 19:16:59 GMT

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

Nach der genauen Befolgung dieser Liste garantierst du zu 99%, dass ein HA-Stopp eintritt? Wie kommst du auf die kühne These

aaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaaa...ich hab nicht soviel Zeit um das jetzt zu beschreiben.

Zusammen mit Finasterid und Minoxidil,würde man so,fast die komplette Zellkommunikation auf Wachstum umstellen.Sressoren gibt es ja von allen Seiten,und mit DHT Hemmern hemmst du nur die DHT nachgeschalteten.K-Chanel Opener(Minox),wirken auf die Mitose und Mitochondrien,..aber die müssen sauber sein damit es gut wirkt.Die Antioxidantien säubern sie.

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Thu, 01 Jun 2006 20:31:11 GMT

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

tino, deut ich das jetzt richtig, du nimmst wieder minox

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [tino](#) on Thu, 01 Jun 2006 20:40:04 GMT

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

nein hab ich vor zwei jahren.Aber ich überlege ob ich das nicht nochmal nehmen soll,..plus dem antioxidativem Regimen könnte es mir die fehlenden Haare im GHE Bereich enorm kräftigen.So wird ja dann z.b viel mehr Insulin aufgenommen,..und auch vom Insulin,dessen

Rezeptoren ja durch Stressoren untergehen, hängt entscheidend die Minoxwirkung ab.

Minox ist eigentlich sehr gut,...ich glaube ein noch stärkerer Kaliumkanalöffner kann "Wunder" bewirken,..in prooxidativ entlasteten Zellen-

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [Figaro03](#) on Thu, 01 Jun 2006 20:43:21 GMT

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

Aber Tino, könntest mir vielleicht was sagen. Ich weiß, dass du mal Lysin 2g empfohlen hast.

http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/m/191/1cf3b4a4_0beae236c32f723670889e2d/

Ich weiß, dass es sinnvoll ist Lysin zusammen mit Fin oder Minox zu nehmen aufgrund NO-Spiegel in der Kopfhaut oder irgendso was. Hatte bisher leider noch nicht die Zeit um mich ausführlich zu beschäftigen.

Zumindestens sagt auch ne Studie, dass die Supplementierung sinnvoll ist.

Dr. Proctor redet aber auch davon, dass man Arginin nehmen könnte.

siehe hier:

<http://www.drproctor.com/O2NOpnas.htm>

(in nem Ami-Forum habe ich auch mal was ähnliches gelesen...)

Sollte man jetzt Lysin trotzdem lieber noch supplementieren, damit Fin und Minox besser wirkt, oder tut es Arginin eben genauso gut?

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [Gast](#) on Thu, 01 Jun 2006 20:43:33 GMT

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

tino schrieb am Don, 01 Juni 2006 22:40nein hab ich vor zwei jahren.Aber ich überlege ob ich das nicht nochmal nehmen soll,..plus dem antioxidativem Regimen könnte es mir die fehlenden Haare im GHE Bereich enorm kräftigen.So wird ja dann z.b viel mehr Insulin aufgenommen,..und auch vom Insulin,dessen Rezeptoren ja durch Stressoren untergehen,hängt entscheidend die Minoxwirkung ab.

Minox ist eigentlich sehr gut,...ich glaube ein noch stärkerer Kaliumkanalöffner kann "Wunder" bewirken,..in prooxidativ entlasteten Zellen-

Du willst Haare kräftigen, die gar nicht da sind??

Welches wirst Du nehmen, 5% oder 2%?

Subject: Re: liste antioxidantien
Posted by [tino](#) on Thu, 01 Jun 2006 20:48:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du willst Haare kräftigen, die gar nicht da sind??

Hab mich falsch ausgedrückt...wollte sagen die verkürzten und depigmentierten Haare im GHE Bereich,..die welche kosmetisch nicht mehr akzeptabel sind.

Natürlich 5%

Ich habe eine Arbeit da wurden viel Stärkere k channel opener experimentiell für besser befunden im Test.Eine interessante Sache das ganze.

Wenn es bald gelingen sollte IGF-1 u Insulin liposomal zum HF zu bringen,kann ein anschliessender Einsatz der besseren k channel opener wahre Wunder bewirken.

Subject: Re: liste antioxidantien
Posted by [Gast](#) on Thu, 01 Jun 2006 20:56:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aha... warum "natürlich 5%"?

Und willst Du es langfristig benutzen oder später evtl. durch IGF-1 liposomal ersetzen. Du hattest doch Deine Bedenken wegen möglicher Abhängigkeit der Haare geäußert.

Sorry, einige Fragen, und sie hängen doch auch auf ihre Art zusammen.

Subject: Re: liste antioxidantien
Posted by [tino](#) on Thu, 01 Jun 2006 20:59:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und willst Du es langfristig benutzen oder später evtl. durch IGF-1 liposomal ersetzen. Du hattest doch Deine Bedenken wegen möglicher Abhängigkeit der Haare geäußert.

Nein,keine Bedenken mehr.Ich habe mittlerweile sehr viel vom Wirkprinzip überschaut,..und ausserdem will ich es ja nur da einsetzen wo ein problem ist.Nein,..ich würde es dann mit z.b IGF-1 liposomal ergänzen,..das macht ja dann erst das Wunder:-)Die Wirkung hängt vom IGF-1 u.ab.

5% wirkt besser.

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [Gast](#) on Thu, 01 Jun 2006 21:03:05 GMT

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

tino schrieb am Don, 01 Juni 2006 22:59

5% wirkt besser.

Ja 6% mehr Haarwuchs im Gegensatz zum 2%-igen. Ist das soviel? Vielleicht, ich weiß nicht. Und das 5%-ige ist sehr ölig.

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [tino](#) on Thu, 01 Jun 2006 21:14:22 GMT

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

Ja 6% mehr Haarwuchs im Gegensatz zum 2%-igen. Ist das soviel? Vielleicht, ich weiß nicht. Und das 5%-ige ist sehr ölig.

Das wirkt schon bischen viel besser. Ich glaube Yellow hat die genauen Daten besser im Kopf?

Paus hat den Wunsch,..bzw ein Apell an die Fachwelt bz des Einsatzes von liposomelem IGF-1 geäußert,bzw publiziert.Er kann dir aber mehr dazu sagen,..er Prof T Böhm,oder Blume-Peytavi.

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [Gast](#) on Thu, 01 Jun 2006 21:18:40 GMT

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

tino schrieb am Don, 01 Juni 2006 23:14

Paus hat den Wunsch,..bzw ein Apell an die Fachwelt bz des Einsatzes von liposomelem IGF-1 geäußert,bzw publiziert.Er kann dir aber mehr dazu sagen,..er Prof T Böhm,oder Blume-Peytavi.

Ich werd' Paus nächstes mal drauf ansprechen, wenn ich ihn treffe

Ja, nach der Graphik, die Glockenspiel neulich reingestellt hat, war der Unterschied 6%. Nun ja, vielleicht kann ja Yellow etwas sagen dazu.

Hat das Absetzen von Minox damals für Dich Probleme bereitet?

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [tino](#) on Thu, 01 Jun 2006 21:20:41 GMT

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

Hat das Absetzen von Minox damals für Dich Probleme bereitet?

Nein,..ich habe seltsamerweise keine Verschlechterung bemerkt.Wohl aber eher deshalb weil ich ja komplett abschirme.Keine Stressoren,kein Rückschlag.

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [Gast](#) on Thu, 01 Jun 2006 21:24:05 GMT

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

Ok, verstehe. Danke.

Subject: TINO wegen Arbeit

Posted by [zagq](#) on Thu, 01 Jun 2006 21:25:30 GMT

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

TINO: "Ich habe eine Arbeit da wurden viel Stärkere k chanel opener experimentiell für besser befunden im Test.Eine interessante Sache das ganze."

gibt es einen link oder ein abstract ?? Danke!

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [hansdampf](#) on Thu, 01 Jun 2006 21:27:31 GMT

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

Sollen die Präparate gemeinsam oder verteilt über den Tag eingenommen werden, um sich in der Wirkung nicht zu blockieren. Nehme derzeit nur Regaine 5% und (bitte nicht schlagen, aber die Verzweiflung trieb mich dazu) Pantostin. Von Propecia oder Avodart lasse ich derzeit noch die Finger, obwohl ich eine ärztliche Verschreibung habe. Funktioniert das mit Vitaminen und Regaine, eventuell noch Sägepalme dennoch? Wie sieht es eigentlich mit den "persönlichen" Bedürfnissen aus? Sollte man die Dosen nicht auf seine Bedürfnisse anpassen/anpassen lassen beziehungsweise aufgrund eines Bluttests sich eine individuelle Vitamindosierung zusammenstellen lassen?

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [tino](#) on Thu, 01 Jun 2006 21:31:00 GMT

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

Sollen die Präparate gemeinsam oder verteilt über den Tag eingenommen werden, um sich in der Wirkung nicht zu blockieren.

Siehe was Strike euch eingestellt hat heute.

Pantostin wirkt doch nicht,..nimm topisches E2.

Warum Sägepalme und nicht Fin??Fin ist doch besser,..dann garantiere ich dir was.

Subject: Re: liste antioxidantien
Posted by [zagq](#) on Thu, 01 Jun 2006 21:32:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

woher topisches E2 ?

Subject: Re: frag fusselkopp ot
Posted by [tino](#) on Thu, 01 Jun 2006 21:33:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ot

Subject: Re: liste antioxidantien
Posted by [Wüstenmungo](#) on Thu, 01 Jun 2006 23:35:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Don, 01 Juni 2006 21:07irgedjemand wollte es wissen

NAC 1800-2000 mg tgl. NAC200 von ct(8 eur 50 Stück)

Vit C 2000 mg tgl Eine Dose koster 1 eur 80 in der Apotheke.

Kupfer 1 mg tgl (Kupferorotat 1 mg Kapseln(c.a 15 eur)

Vit E 400 ug tgl Vit E Ratiopharm 400 1 mal tgl(c.a 8 Eur)

Zink 30-40 mg tgl Zinkorot 25/50 Stück c.a 10 Eur

Folsäure 10 mg tgl.Folsäure Ratiopharm 5 (c.a 15 Eur.(Billiger Reformhaus)

Ferritin(falls niedrig),2 mal Ferro Sanol tgl.(c.a 9 Eur)

Selen loges 300 30 Stück ein paar Eur

Wenn möglich 2 mg Melatonin abends.(I Net Bestellung Vitaminusa/c.a 30 Eur)

Ein Multimineral und ein Multivitaminpräpperat tgl.(Multibionta Multimineral forte (c.a 15 Eur)

Alpha-Lipolic Säure 500-600 mg tgl(siehe bei Tristan)

Eine hochkonzentrierte Aminoampulle tgl. Aminoblast Weider Megaforte(c.a 40 Eur)

Acetyl-LCarnitin von Chemacon GMBH(über Apo),...ist allerdings sehr teuer obwohl das billigste Präpperat.

genau das meinte ich in dem anderen beitrage mit "es kann recht teuer werden"(oder zumindest so ungefähr). verdammter haarausfall

Subject: Re: liste antioxidantien @ Tino
Posted by [strike](#) on Fri, 02 Jun 2006 04:08:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: liste antioxidantien @ Tino
Posted by [kaya](#) on Fri, 02 Jun 2006 05:36:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kommen in obst und gemüse nicht auch alle vit. und min.stoffe gemischt vor? und bei einem multi produkt ist ja jetzt auch keine extrem hohe dosierung eines stoffes, zb 50mg zink oder so, dass da vieles nicht mehr aufgenommen bzw verdrängt wird...

Subject: Re: liste antioxidantien
Posted by [pilos](#) on Fri, 02 Jun 2006 06:21:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Don, 01 Juni 2006 21:16Nach der genauen Befolgung dieser Liste garantierst du

zu 99%, dass ein HA-Stopp eintritt?

etwas mehr realismus wäre vielleicht hilfreicher.....

Subject: Re: liste antioxidantien @ Kaya
Posted by [strike](#) on Fri, 02 Jun 2006 06:42:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:kommen in obst und gemüse nicht auch alle vit. und min.stoffe gemischt vor? und bei einem multi produkt ist ja jetzt auch keine extrem hohe dosierung eines stoffes, zb 50mg zink oder so, dass da vieles nicht mehr aufgenommen bzw verdrängt wird...

Da hast Du Recht. Zum einen was die Natur angeht, zum anderen was die Multipräparate betrifft.

Die Natur mischt ohnehin alles ganz vortrefflich.

Und was die Stoffe in den Multipräparaten angeht, so mischt der Hersteller auch hier die richtigen Verbindungen zusammen, so daß sich die einzelnen Mineralstoffe u. Spurenelemente vertragen.

Da wird gewiß nichts verdrängt, das wäre ja anders auch nicht machbar.

Du hast den Hintergrund meiner Anmerkung an Tino nicht verstanden, wo es um das Multipräparat ging, und das ist hier das Problem. Du kannst nicht wissen, was wir dazu bereits in der Vergangenheit geschrieben hatten.

So finde ich es schon erstaunlich, daß tino, der sonst Hammerdosen bevorzugt, hier auf einmal so kleine Brötchen backt. Aus diesem Grund habe ich ein wenig gelästert.

Und weil ich nichts von diesem Gießkannenprinzip halte. Sowas erreiche ich mit meiner Nahrung.

LG strike

Subject: Re: liste antioxidantien @ Tino
Posted by [Gast](#) on Fri, 02 Jun 2006 09:29:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

strike schrieb am Fre, 02 Juni 2006 06:08

Schließlich lesen auch welche mit, die ein wenig unbedarft sind.

Ja, Strike, da hast Du Recht, manch Unbedarfter liest hier besonders aufmerksam mit, aber da er ja nun mal unbedarft ist, bleibt manche Frage für ihn offen. Ich kenne da u.a. zwei...

Subject: Re: liste antioxidantien
Posted by [Karsten_G](#) on Mon, 05 Jun 2006 10:37:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

noch eine Frage zum NAC. Das wären dann bei den empfohlenen Tabletten 10 Stück täglich um auf die angegebene Menge zu kommen. Kann mir neben dem preislichen nicht vorstellen dass das gesund ist

Subject: Re: liste antioxidantien
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Mon, 05 Jun 2006 14:11:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

nimm die 600er Tabletten

Subject: Re: liste antioxidantien
Posted by [tino](#) on Mon, 05 Jun 2006 14:13:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kann mir neben dem preislichen nicht vorstellen dass das gesund ist"

Wenn du der Literatur nicht glaubst,..dann bitte.

Warum nicht gesund,..weil es ein Hustenmittel ist,..also nur bei Husten induziert?

Subject: Re: liste antioxidantien
Posted by [Karsten_G](#) on Mon, 05 Jun 2006 16:52:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Haar-in-der-Suppe

Danke für den Hinweis aber seh ich dass richtig, die 200 er sind rezeptfrei, die 600 er nicht?

@tino

"Warum nicht gesund,..weil es ein Hustenmittel ist,..also nur bei Husten induziert?"

Ja, so ähnlich.

Meine Gedanken gingen eben davon aus dass für Schleimlösung u.ä. eine Dosierung von 2-3 Tabletten empfohlen wird.

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [tino](#) on Mon, 05 Jun 2006 17:02:17 GMT

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

Erstmal,...NAC ist unabhängig der Dosis Rezeptfrei!Nur IV nicht.

"Ja, so ähnlich.

Meine Gedanken gingen eben davon aus dass für Schleimlösung u.ä. eine Dosierung von 2-3 Tabletten empfohlen wird."

Du machst dich hier der Dummheit der Hersteller zum Opfer.Hersteller die nicht wissen,das NAC sogar den kompletten prooxidativ belasteten Stoffwechsel alter morbider Patienten umkrepeln kann.Auch solche bekommen c.a 2000 mg tgl.

Was Hersteller bz NEM sagen,..ich meine den Einsatz bei welcher Indikation,..sollte ignoriert werden.Man bedenke das NAC in anderen Ländern als Anti-Aging Mittel verkauft wird,..nur das konservative medizinisch nicht auf prävention orientierte Deutschland,ist immer noch total unterbelichtet.

NAC ist kein Schleimlöser sondern ein Antioxidant,und Liferand der Lebensessenziellen Substanz Glutathion!Dumme Industriepolitik hat einen Schleimlöser draus gemacht!
Gruss tino

Subject: Re: liste antioxidantien

Posted by [Karsten_G](#) on Mon, 05 Jun 2006 17:06:12 GMT

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

Dann danke für die schnelle Aufklärung
