
Subject: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [ricc123](#) on Fri, 23 Oct 2015 10:32:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gerade seitdem es wieder kälter geworden ist, habe ich den ganzen Tag sehr kalte Hände und Füße. Oftmals wird das ja mit Schilddrüse oder Blutdruck in Verbindung gebracht, was bei mir in Ordnung ist. Ich rauche schon seit 10 Jahren , auch wenn mittlerweile relativ wenig bzw. nur noch am WE. Denke das wird auch dazu beitragen.

Nun meine Frage: Weiss einer was man dagegen tun kann und könnte eine schlechte Durchblutung der Extremitäten die AGA drastisch verschlimmern?

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [chribe](#) on Fri, 23 Oct 2015 10:42:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sport

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [benutzer81](#) on Fri, 23 Oct 2015 10:50:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ricc123 schrieb am Fri, 23 October 2015 12:32 Gerade seitdem es wieder kälter geworden ist, habe ich den ganzen Tag sehr kalte Hände und Füße. Oftmals wird das ja mit Schilddrüse oder Blutdruck in Verbindung gebracht, was bei mir in Ordnung ist. Ich rauche schon seit 10 Jahren , auch wenn mittlerweile relativ wenig bzw. nur noch am WE. Denke das wird auch dazu beitragen.

Nun meine Frage: Weiss einer was man dagegen tun kann und könnte eine schlechte Durchblutung der Extremitäten die AGA drastisch verschlimmern?

Kann ich mir nicht vorstellen. Auf die AGA hat es sicherlich keinen Einfluss. Würde die Durchblutungsstörung auch die Haare betreffen, müssten diese dann eher diffus ausgedünnt sein, inkl. den Seiten.

Zu deinem Problem: Wie chribe schon angedeutet hat wird dir Sport helfen. Ich hatte die gleichen Probleme und bin von Haus aus schon immer ein "verfrorener Typ". Seitdem ich aber regelmäßig Sport mach samt Muskelaufbau, hat sich das wesentlich gebessert. Das normale Cardiontraining hatte aber eher weniger Auswirkungen. Seitdem ich Intervalltraining mache (HIIT), merke ich die Effekte spürbar.

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Fri, 23 Oct 2015 11:35:02 GMT

Hatte ich früher auch. Deutet auf Durchblutungsstörung an. Hatte sogar beim Spazieren ein Beissen / Stechen in den Füßen und musste stehen bleiben.

Habe dann ne Knoblauch Zitronen Trinkkur gemacht. Tinnitus ging dadurch auch weg. Gibt ne Gräutermischung Padma 28 wo sehr gut sein soll.

Super für die Durchblutung ist scharfes Essen (besonders Chili) aber auch Ingwer wärmt schön von innen.

Zudem hilft Chili für die Resorbierung anderer Stoffe im Darm

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße

Posted by [ricc123](#) on Fri, 23 Oct 2015 11:58:40 GMT

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

benutzer81 schrieb am Fri, 23 October 2015 12:50ricc123 schrieb am Fri, 23 October 2015 12:32Gerade seitdem es wieder kälter geworden ist, habe ich den ganzen Tag sehr kalte Hände und Füße. Oftmals wird das ja mit Schilddrüse oder Blutdruck in Verbindung gebracht, was bei mir in Ordnung ist. Ich rauche schon seit 10 Jahren, auch wenn mittlerweile relativ wenig bzw. nur noch am WE. Denke das wird auch dazu beitragen.

Nun meine Frage: Weiss einer was man dagegen tun kann und könnte eine schlechte Durchblutung der Extremitäten die AGA drastisch verschlimmern?

Kann ich mir nicht vorstellen. Auf die AGA hat es sicherlich keinen Einfluss. Würde die Durchblutungsstörung auch die Haare betreffen, müssten diese dann eher diffus ausgedünnt sein, inkl. den Seiten.

Zu deinem Problem: Wie chribe schon angedeutet hat wird dir Sport helfen. Ich hatte die gleichen Probleme und bin von Haus aus schon immer ein "verfrorener Typ". Seitdem ich aber regelmäßig Sport mach samt Muskelaufbau, hat sich das wesentlich gebessert. Das normale Cardiontraining hatte aber eher weniger Auswirkungen. Seitdem ich Intervalltraining mache (HIIT), merke ich die Effekte spürbar.

Mache seit 2 Jahren Kraftsport, was auch hilft jedoch eher kurzfristig. Gerade morgens bis mittags habe ich fast immer kalte Hände und Füße.

An den Seiten verliere ich im Übrigen auch Haare wenn auch nicht ganz so extrem und noch nicht wirklich sichtbar im Gegensatz zum gesamten Oberkopf...aber ja bezweifle trotzdem, dass es was damit zu tun hat. Dachte eher in Bezug auf KH schlecht durchblutet, schlechtere Nährstoffversorgung und deshalb diffuser Ausfall, wenn dazu die AGA kommt ist das ja dann logisch, dass an den Seiten der Ausfall nicht ganz so krass ist. Nur weil man AGA hat, bedeutet das ja nicht, dass andere HA-Formen nicht zusätzlich auftreten können.

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Gorilla](#) on Fri, 23 Oct 2015 12:27:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hab auch kalte Hände und Füße, bin aber auch sehr schlank. Kommt ja auch davon ?
Dünne Leute kälter, Dicke wärmer.

Blutdruck kanns nicht sein, hab eher ein hohen 135-140

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [ricc123](#) on Fri, 23 Oct 2015 12:37:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ok grad mal wieder geschockt...an den Seiten rumgerubbelt und direkt 20 Haare gelassen.. .ist
dennoch alles noch relativ dicht an den Seiten

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 23 Oct 2015 12:43:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

AGA ist eine lokale Durchblutungsstörung in der Kopfhaut
Es gibt mehr als genug Studien, die das eindeutig bewiesen haben

Wenn man nun auch noch eine generelle Durchblutungsstörung hat, kann das eine AGA auf
jeden Fall verschlimmern.

Ich bin selbst sehr stark von dieser Durchblutungsstörung betroffen und kann sagen, was
wirklich hilft:

Flush-Niacin 500 mg + Lecithin + Vitamin B12 + Folsäure + Vitamin C + Lysin + Magnesium
Diese Formel führt zu einem starken Flush, der ganze Körper wird feuerrot, alle Gefäße
erweitern sich (Vasodilatation).

Die übrigen Wirkstoffe putzen die Gefüße sauber. Von Homocystein, Lipoprotein A und
Calcium.

Schon nach der 1. Anwendung hat man eine deutlich stärkere Durchblutung. Das führt sogar
so weit, dass ich draussen nur mit T-Shirt rumlaufen kann und kaum friere.

Ich ziehe das erst seit einigen Tagen durch, daher kann ich noch keine Wirkung auf die AGA
haben. Ich denke aber schon, dass es wirken wird.

bis an diese Stelle lasse ich deinen Beitrag noch stehen den Rest habe ich entfernt da es
sicherlich der Fragestellung nicht dienlich ist über deine "Tatsachen" zu diskutieren. Du
brauchst nicht jeden Thread damit vollspamen.

benutzer81

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße

Posted by [benutzer81](#) on Fri, 23 Oct 2015 15:12:02 GMT

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

ricc123 schrieb am Fri, 23 October 2015 13:58benutzer81 schrieb am Fri, 23 October 2015 12:50ricc123 schrieb am Fri, 23 October 2015 12:32Gerade seitdem es wieder kälter geworden ist, habe ich den ganzen Tag sehr kalte Hände und Füße. Oftmals wird das ja mit Schilddrüse oder Blutdruck in Verbindung gebracht, was bei mir in Ordnung ist. Ich rauche schon seit 10 Jahren , auch wenn mittlerweile relativ wenig bzw. nur noch am WE. Denke das wird auch dazu beitragen.

Nun meine Frage: Weiss einer was man dagegen tun kann und könnte eine schlechte Durchblutung der Extremitäten die AGA drastisch verschlimmern?

Kann ich mir nicht vorstellen. Auf die AGA hat es sicherlich keinen Einfluss. Würde die Durchblutungsstörung auch die Haare betreffen, müssten diese dann eher diffus ausgedünnt sein, inkl. den Seiten.

Zu deinem Problem: Wie chribe schon angedeutet hat wird dir Sport helfen. Ich hatte die gleichen Probleme und bin von Haus aus schon immer ein "verfrorener Typ". Seitdem ich aber regelmäßig Sport mach samt Muskelaufbau, hat sich das wesentlich gebessert. Das normale Cardiontraining hatte aber eher weniger Auswirkungen. Seitdem ich Intervalltraining mache (HIIT), merke ich die Effekte spürbar.

Mache seit 2 Jahren Kraftsport, was auch hilft jedoch eher kurzfristig. Gerade morgens bis mittags habe ich fast immer kalte Hände und Füße.

An den Seiten verliere ich im Übrigen auch Haare wenn auch nicht ganz so extrem und noch nicht wirklich sichtbar im Gegensatz zum gesamten Oberkopf...aber ja bezweifle trotzdem, dass es was damit zu tun hat. Dachte eher in Bezug auf KH schlecht durchblutet, schlechtere Nährstoffversorgung und deshalb diffuser Ausfall, wenn dazu die AGA kommt ist das ja dann logisch, dass an den Seiten der Ausfall nicht ganz so krass ist. Nur weil man AGA hat, bedeutet das ja nicht, dass andere HA-Formen nicht zusätzlich auftreten können.

Einfach mal beobachten. Würde dir empfehlen beim Sport an die "Schmerzgrenze" zu gehen (aber langsam herantasten). Beim Kraftsport in Form von Crossfit oder Intervalltraining statt herkömmlichen Cardio. Laut Studien der letzten 10 Jahre haben kurze und intensive Einheiten auf das Herz- Kreislaufsystem einen besseren Trainingseffekt.

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße

Posted by [Der Teufel mit den drei g](#) on Fri, 23 Oct 2015 21:26:57 GMT

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

ricc123 schrieb am Fri, 23 October 2015 12:32

Nun meine Frage: Weiss einer was man dagegen tun kann ...

Tatsächlich hilft Arginin hoch dosiert -> ca. 4000 mg am Tag.

Du wirst keine kalten Hände und Füße mehr haben. Ich habe es abgesetzt, da ich das Gefühl hatte, dass ich immer träger und müder werde. Hab schon einen sehr niedrigen Blutdruck und ich glaube, das Zeug hat die Situation noch verschlimmert. Bin mir aber ziemlich sicher, dass es gut wirkt. Schon nach wenigen Anwendungen. Lies dich mal ein.

Mal eine Frage an die Durchblutungsfreunde unter den AGAlern. Müsste man nicht einfach eine gute Nährlösung für die Haare zaubern und die dann topisch auftragen. Dann sollten doch das Nährstoffproblem, welches angeblich durch die geringe Durchblutung entsteht, einfach zu beheben sein!????

Also ich bleibe eher ein Kritiker der Minderdurchblutungshypothese!

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 23 Oct 2015 21:35:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: Also ich bleibe eher ein Kritiker der Minderdurchblutungshypothese!
Sagt der, der sich gerade intensiv mit den Prostaglandinen beschäftigt hat?
Was glaubst, warum Prostaglandin E2 wirkt?
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/6572402>
<http://www.nature.com/emm/journal/v37/n6/abs/emm200572a.html>

Angiogenesis= Neubildung von Blutgefäßen
Deswegen wirken Prostaglandin E2 und Minox.
Fin wirkt, weil es via DHT-Hemmung die Talgproduktion reduziert. Auch dies stört das Haarwachstum.

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 23 Oct 2015 21:56:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das typische AGA-Muster mit Tonsur und GHE erklärt die Durchblutungs-Problematik. Denn genau dort sitzen die großen Muskeln. Dort wirkt die Schwerkraft. Deswegen ist der Oberkopf und dort insbesondere die GHE und Tonsur am schlechtesten durchblutet und daher am anfälligsten für AGA.
Und wenn dann auch noch eine vermehrte Talgproduktion dazu kommt, ist es ganz aus mit dem Haarwuchs.

Man hat nämlich herausgefunden, dass AGA-betroffene Haare alle mit Talg besetzt sind, was bei gesunden Haaren nicht der Fall ist. Deswegen wirkt Fin. Weniger DHT= weniger Talg= besseres Wachstum.

Demnach gibt es auch keine "erblich bedingte" Überempfindlichkeit auf DHT. Alles nur Märchen...

Wissenschaftlich bewiesene Tatsachen:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8628793>

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2715645>

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19250324>

<http://www.hairloss-research.org/blog/?p=102>

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße

Posted by [benutzer81](#) on Sat, 24 Oct 2015 07:06:14 GMT

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

Genau Norwood, und deswegen tritt die AGA auch immer gehäuft in Familien auf, wobei sich sogar noch das AGA-Muster fast 1:1 gleicht, während es in anderen Familien keinen einzigen Fall gibt.

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 23 October 2015 23:56

Demnach gibt es auch keine "erblich bedingte" Überempfindlichkeit auf DHT. Alles nur Märchen...

Und genau wegen diesen Aussagen schießt du dich jedes mal wieder ins Abseits. DU WEIßT GAR NICHTS IM REINFORMAT (um es mal in deiner Sprache auszudrücken). Alles was du hast sind Vermutungen und als solche solltest du deine Aussagen auch kennzeichnen, dann wären deine posts halb so schlimm...

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 24 Oct 2015 13:30:29 GMT

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

[benutzer81](#) schrieb am Sat, 24 October 2015 09:06 Genau Norwood, und deswegen tritt die AGA auch immer gehäuft in Familien auf, wobei sich sogar noch das AGA-Muster fast 1:1 gleicht, während es in anderen Familien keinen einzigen Fall gibt.

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 23 October 2015 23:56

Demnach gibt es auch keine "erblich bedingte" Überempfindlichkeit auf DHT. Alles nur Märchen...

Und genau wegen diesen Aussagen schießt du dich jedes mal wieder ins Abseits. DU WEIßT GAR NICHTS IM REINFORMAT (um es mal in deiner Sprache auszudrücken). Alles was du hast sind Vermutungen und als solche solltest du deine Aussagen auch kennzeichnen, dann wären deine posts halb so schlimm...

Wenn das für Dich Vermutungen sind:

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8628793>
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2715645>
<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19250324>
<http://www.hairloss-research.org/blog/?p=102>

Es möge sich jeder seine eigene Meinung dazu bilden.
Mir ist es wurscht. Ich verkaufe nichts. Macht was ihr wollt.
Und es gibt Familien, wo es nur 1 oder 2 Fälle von AGA gibt und umgekehrt.
Und selbst wenn es tatsächlich einen familiären Zusammenhang gibt... Und? Was sagt das aus?
Dann wurde eben die Durchblutungsstörung vererbt. Das heisst aber doch deswegen nicht, dass man dagegen nichts tun könnte.

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [benutzer81](#) on Fri, 06 Nov 2015 11:12:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood, das sind Anhaltspunkte aber keine Beweise - und als solche legst du das ständig aus. Sollte es signifikante Unterschiede hinsichtlich der Durchblutung geben, bedeutet dass noch lange nicht dass es die Ursache ist, sondern es könnte ebenso eine Folge der AGA sein.

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Gorilla](#) on Fri, 06 Nov 2015 12:33:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schilddrüse ? TSH ?

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [ricc123](#) on Fri, 06 Nov 2015 13:13:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gorilla schrieb am Fri, 06 November 2015 13:33Schilddrüse ? TSH ?

War beim letzten Bluttest in Ordnung.

Kenne das von meiner Mutter, die Unterfunktion hat und der auch ständig kalt ist, aber bei mir waren die Werte gut

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [MatteStattPlatte](#) on Fri, 06 Nov 2015 14:50:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zu dem Thema gab es im NDR Visite vom 03.11.2015 eine Sendung:

<https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/visite/Kalte-Fuesse-Experteninterview,visite11202.html>
<https://www.ndr.de/fernsehen/sendungen/visite/Wann-sind-kalte-Fuesse-alarmierend,visite11200.html>

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [benutzer81](#) on Fri, 06 Nov 2015 23:21:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie die Dame in dem NDR Bericht auch richtig folgert: Liegt keine körperliche Ursache vor, so kann Stress aber auch Ängste der Auslöser sein. Wir sind nach wie vor Tiere, höchst instinktiv gesteuert. Dabei handelt es sich um Notfallprogramme des Körpers um das Blut primär zu den lebenswichtigen Organen zu befördern. Auch wenn Menschen oft glauben sie hätten keinen Stress oder Angst, so laufen unbewusst oft ganz andere Interpretationen der Umwelt ab die bestimmte Situationen als gefährlich einstufen.

Im nächsten Schritt kommt es dann darauf an für welches Programm sich der Körper entscheidet - Kampf, Flucht oder sogar Strategien wie die künstliche Totenstarre sind hier möglich in den unterschiedlichsten Variationen und Ausprägungen. Dementsprechend reagiert auch der Körper.

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Schneeball](#) on Mon, 21 Dec 2015 07:19:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi...

Ma ne Frage.....z.B Knoblauch verhindert ja die Placqbildung in den Gefässen und auch das die Blutblättchen aneinander kleben.Habe gerade gelesen....das so 2-3 Zehen,also die dinger die in soner knoll sind am tag schon helfen.Kann man die im ganzen schlucken oder muss man die kauen...

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Schneeball](#) on Fri, 01 Jan 2016 16:54:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schneeball schrieb am Mon, 21 December 2015 08:19Hi...

Ma ne Frage.....z.B Knoblauch verhindert ja die Placqbildung in den Gefässen und auch das die

Blutblätchen aneinander kleben.Habe gerade gelesen....das so 2-3 Zehen,also die dinger die in soner knoll sind am tag schon helfen.Kann man die im ganzen schlucken oder muss man die kauen...

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [GUILDENSTERN](#) on Fri, 01 Jan 2016 17:27:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Würde die nicht unverdaut schlucken. In Knoblauch sind viele Sulfide, vor allem auf der Zehenoberfläche. Mit ihrem extrem niedrigen pH-Wert der Magensäure kann es da zu einem exzitatorischen Effekt kommen. Überleg mal: wenn du einen Tischtennisball in warmes Wasser tust, dann schwimmt er ja auch - das liegt einfach daran, dass das ganze Wasser den Ball nicht 'in einem Haps' schlucken kann, und es deswegen überhaupt nicht erst versucht.

Ich würde Speisen generell nicht kauen, die Gefahren für Zähne und Magen sind viel zu groß. Aber frag in dieser Sache lieber noch mal einen Arzt - ich meine: was weiß ich schon?

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [RAMTUT](#) on Fri, 01 Jan 2016 17:28:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich kann mir wirklich nicht vorstellen, dass eine mittlere oder gar große Zehe ohne Zerkauen richtig verdaut werden kann.
Da musst du wohl oder übel in den sauren Apfel beißen, bzw. in die Zehe

Eine Alternative wäre vielleicht noch das Extrakt in Pillenform. Ob und wie das wirkt, kann ich aber leider nicht beurteilen.

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [NORWOOD-PACKT-DAS-AN](#) on Fri, 01 Jan 2016 18:40:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hab letzte Nacht Magnesiumchlorid via Duschhaube die ganze Nacht einwirken lassen. Heute morgen dann hatte ich richtig schön stark durchblutete Kopfhaut. Die Kopfhaut war richtig rot geworden und fühlte sich sehr gut an.
Magnesiummangel ist einer der Hauptursachen für kalte Hände/Füße und schlechte Durchblutung.

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Schneeball](#) on Sat, 02 Jan 2016 19:23:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 01 January 2016 19:40 Hab letzte Nacht Magnesiumchlorid via Duschhaube die ganze Nacht einwirken lassen.
Heute morgen dann hatte ich richtig schön stark durchblutete Kopfhaut. Die Kopfhaut war richtig rot geworden und fühlte sich sehr gut an.
Magnesiummangel ist einer der Hauptursachen für kalte Hände/Füße und schlechte Durchblutung.

Du spinner...,lass mich in ruhe!!!

Also...knoblauch kauen...,das brennt schonmal wie sau im Mund....mit Milch gehts,trotzdem sehr unangenehm.....ich habe mal sone Zehe mit milch im mixer gemixt.....kein Problem mehr,leichtes brennen im magen!
Bloss ich sticke ja tagelang....mit mundwasser oder ohne....gibt es irgendwelche knoblauch kapseln oder so....weiss wahrscheinlich wieder keiner was drinn iss....

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Schneeball](#) on Sat, 02 Jan 2016 19:52:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Guildenstern schrieb am Fri, 01 January 2016 18:27 Würde die nicht unverdaut schlucken. In Knoblauch sind viele Sulfide, vor allem auf der Zehenoberfläche. Mit ihrem extrem niedrigen pH-Wert der Magensäure kann es da zu einem exzitatorischen Effekt kommen. Überleg mal: wenn du einen Tischtennisball in warmes Wasser tust, dann schwimmt er ja auch - das liegt einfach daran, dass das ganze Wasser den Ball nicht 'in einem Haps' schlucken kann, und es deswegen überhaupt nicht erst versucht.

Ich würde Speisen generell nicht kauen, die Gefahren für Zähne und Magen sind viel zu groß. Aber frag in dieser Sache lieber noch mal einen Arzt - ich meine: was weiß ich schon?

Das hab ich gerade alles nicht begriffen.....ich soll mein essen nicht kauen....Knoblauch nicht unverdaut schlucken,hä...bevor ich die schlucke soll ich die erst verdauen,aha...ich mach mir mal nen plan wie das dann geht...Tischtennisball,warmes wasser...

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [pilos](#) on Sat, 02 Jan 2016 20:16:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Guildenstern schrieb am Fri, 01 January 2016 18:27

Ich würde Speisen generell nicht kauen, die Gefahren für Zähne und Magen sind viel zu groß. Aber frag in dieser Sache lieber noch mal einen Arzt - ich meine: was weiß ich schon?

das wird ja hier immer abstruser...

wie soll den die nahrung aufgeschlossen werden....

manche leute sind nicht nur eine gefahr für sich selbst sondern noch schlimmer auch noch für die anderen

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Sammy123](#) on Sat, 02 Jan 2016 21:31:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sat, 02 January 2016 21:16 Guildenstern schrieb am Fri, 01 January 2016 18:27

Ich würde Speisen generell nicht kauen, die Gefahren für Zähne und Magen sind viel zu groß. Aber frag in dieser Sache lieber noch mal einen Arzt - ich meine: was weiß ich schon?

wie soll den die nahrung aufgeschlossen werden....

mit alk oder dmso und dann als topik auftragen

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Alexander1988](#) on Sun, 03 Jan 2016 00:36:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@sammy123

und mit duschhaube

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Guldenstern](#) on Sun, 03 Jan 2016 11:09:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Obviously trolling. Wie soll man denn sonst auf eine Frage antworten, in der Jemand fragt, ob er Knoblauchzehen unzerkaut schlucken kann? Bald pinnen sie Merktettel an Kloschüsseln mit Instruktionen, wie man vernünftig einen in die Schüssel setzt...

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [pilos](#) on Sun, 03 Jan 2016 12:29:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Guldenstern schrieb am Sun, 03 January 2016 13:09 Obviously trolling. Wie soll man denn sonst auf eine Frage antworten, in der Jemand fragt, ob er Knoblauchzehen unzerkaut schlucken kann? Bald pinnen sie Merktettel an Kloschüsseln mit Instruktionen, wie man vernünftig einen in die Schüssel setzt...

<http://static.chefkoch-cdn.de/ck.de/forumuploads/22/194119/2722181/klobuerste.JPG>

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Sammy123](#) on Sun, 03 Jan 2016 21:40:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alexander1988 schrieb am Sun, 03 January 2016 01:36@sammy123

und mit duschhaube

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Schneeball](#) on Mon, 04 Jan 2016 12:53:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alexander1988 schrieb am Sun, 03 January 2016 01:36@sammy123

und mit duschhaube

Ich habe ne ganz normale Frage gestellt.Mir gehts um den Knoblauchgeruch.....wenn ich sone zehe im ganzen schlucke,dann iss der geruch nicht gegeben,als wenn ich da ne minute drauf rumkaue....was is da jetzt nen trolling.

Erspart euch jede antwort,ich schluck heut abend 2 kleine Zehen und die nächste drei tage kontrolle mitn siep....dann weiss ichs selber....ihr könnt mich mal.

Und eins noch...,danach wasch ich mir nicht die Hände

Subject: Aw: Ständig kalte Hände und Füße
Posted by [Jürgen87](#) on Mon, 11 Jan 2016 10:26:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hast du eigentlich irgendeinen Schaden? Was ist denn das für ein Ton.

PS: Gesunder Menschenverstand. Selbst Norwood scheint da näher dranzusein.
