
Subject: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [sane90](#) on Tue, 08 Mar 2016 21:17:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,
ich trage die Ket Lotion ca. 30 Minuten vor dem Cardio Training auf.
Während dem Training läuft mir dann der Saft langsam das Gesicht runter.
Vereinzelt krieg ich das Zeug auch in die Augen und viel auf die Stirn.
Soll ich da besonders aufpassen? Ich wische zwar regelmäßig meinen Schweiß ab, aber ganz so hinterher komm ich nach ner Zeit nicht.
Kann Ket den Augen iwie schaden?

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Alexander1988](#) on Tue, 08 Mar 2016 21:19:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wieso macht man das vor dem cardio training?

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [sane90](#) on Tue, 08 Mar 2016 21:45:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Weil ich vorher von der Arbeit komme, das drauf schmiere, ins Fitness geh und anschließend dusche und mir die Haare wasche. Und das alle 2 Tage. An den trainingsfreien Tagen stinke ich vor mich hin im Winter Im Sommer dusch' ich natürlich öfter

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Alexander1988](#) on Tue, 08 Mar 2016 21:53:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also das mit der Hygiene musst du entscheiden heißt wohl dass dir keine frau auf die finger klopft

meiner Meinung nach reicht es dass du RU verwendest... was erhoffst du dir durch ket denn noch? RU ist ja ein viel viel stärkeres anti androgen und zielt auf das gleiche wie ket

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Obes89](#) on Tue, 08 Mar 2016 23:40:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sane90 schrieb am Tue, 08 March 2016 22:45 Weil ich vorher von der Arbeit komme, das drauf schmiere, ins Fitness geh und anschließend dusche und mir die Haare wasche. Und das alle 2

Tage. An den trainingsfreien Tagen stinke ich vor mich hin im Winter Im Sommer dusch' ich natürlich öfter

Also ich mache das alles nach dem Training. Ich gehe zum Sport Dusche ganz normal und wasche die Haare ein wenig mit Wasser durch. Leicht mit dem Handtuch trocknen und dann nach 10-15 Minuten ist alles trocken, dann kommt die Ket Lotion rauf die ich 30 Min. später mit Wasser auswasche. Gelegentlich wenn ich das Ket Shampoo allgemein anwenden möchte damit die Kopfhaut auch an den seiten gut bleibt wasche ich die Lotion mit dem Shampoo aus das dann auch noch mal 3 min. einwirkt. Und Später wir dann RU aufgetragen. Dabei hab ich dann zum Glück nie Probleme mit den Augen

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Alecks](#) on Wed, 09 Mar 2016 05:45:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alexander1988 schrieb am Tue, 08 March 2016 22:53

meiner Meinung nach reicht es dass du RU verwendest... was erhoffst du dir durch ket denn noch? RU ist ja ein viel viel stärkeres anti androgen und zielt auf das gleiche wie ket

KET wirkt eben nicht nur als anti androgen, und mann weiss nicht ob die leichte anti androgene wirkung der Grund für die Behandlungserfolge bei KET ist.
Ausserdem blockt KET an mehreren Punkten. Ergänzend macht es auf jeden Fall Sinn

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [sane90](#) on Wed, 09 Mar 2016 08:47:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hab aktuell alles "abgesetzt" und bau grad wieder langsam auf, weil ich NWs hatte. Versuche rauszufinden wer für die NWs verantwortlich ist.

Aktuell Ket Lotion alle 2 Tage.
Minox-Stemox Mischung jeden Abend.
Aktuell keine NWs!

Das werd ich jetzt so 1-2 Wochen nehmen.
Anschließend starte ich wieder mit RU. Wahrscheinlich in Softasept und OHNE PG oder Bifon erst mal. Weil ich iwie das Gefühl hab, dass das bei mir die Kopfschmerzen verursacht.

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Alecks](#) on Wed, 09 Mar 2016 18:27:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was genau ist die Funktion von pg?

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Ryder89](#) on Wed, 09 Mar 2016 18:43:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Penetrationssteigerung

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Alecks](#) on Wed, 09 Mar 2016 19:04:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und Alkohol? Ich dachte der wäre dafür zuständig.

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Ryder89](#) on Wed, 09 Mar 2016 19:14:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<https://de.wikipedia.org/wiki/1,2-Propandiol>

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Alecks](#) on Wed, 09 Mar 2016 19:20:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Viele verwenden Ethanol u speziell pg. Warum beides

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Obes89](#) on Wed, 09 Mar 2016 19:43:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alecks schrieb am Wed, 09 March 2016 20:20 Viele verwenden Ethanol u speziell pg. Warum beides

PG ganz einfach deshalb damit die Kopfhaut länger mit dem Topical befeuchtet wird und der Alkohol nicht so schnell trocknet und der Wirkstoff somit länger in die Kopfhaut abgegeben werden kann. Das macht die Behandlung durchaus effizienter.

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [Alexander1988](#) on Thu, 10 Mar 2016 11:37:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Alecks

dann bitte erkläre mir an welchen anderen Punkten noch?

und wie kommst du auf die Behandlungserfolge ?

Ig alex

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [haireinspaziert](#) on Thu, 10 Mar 2016 13:54:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

gehört nicht unbedingt hierher, aber wollte weder einen neuen Thread eröffnen, noch einen ewig alten hervorkramen. Habe noch etwas 2-Propanol bzw. Isopropylalk (70%) hier rumstehen. Es steht nicht aufgelistet, kann ich es dennoch mit KET Shampoo zur Lotion mischen wie die eigtl. Alkohole auch? Dann könnte ich es verbrauchen.... Falls ja, in welchem Mischungsverhältnis

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [pilos](#) on Thu, 10 Mar 2016 14:00:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

haireinspaziert schrieb am Thu, 10 March 2016 15:54gehört nicht unbedingt hierher, aber wollte weder einen neuen Thread eröffnen, noch einen ewig alten hervorkramen. Habe noch etwas 2-Propanol bzw. Isopropylalk (70%) hier rumstehen. Es steht nicht aufgelistet, kann ich es dennoch mit KET Shampoo zur Lotion mischen wie die eigtl. Alkohole auch? Dann könnte ich es verbrauchen.... Falls ja, in welchem Mischungsverhältnis

wenn du es verträgst klar

1:1

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [haireinspaziert](#) on Thu, 10 Mar 2016 14:48:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke, Verträglichkeit muss ich dann mal ausprobieren ist davon auszugehen, dass es aggressiver ist?

Subject: ot
Posted by [pilos](#) on Thu, 10 Mar 2016 16:53:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ot

Subject: Aw: Ket Lotion vor dem Cardio Training?
Posted by [pilos](#) on Thu, 10 Mar 2016 16:53:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

haireinspaziert schrieb am Thu, 10 March 2016 16:48Danke, Verträglichkeit muss ich dann mal ausprobieren ist davon auszugehen, dass es aggressiver ist? entfettet stärker
