
Subject: Vitamine als Basis fr das Haarwachstum
Posted by [haaribaer](#) on Wed, 21 Jun 2006 21:08:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo!

Ich bin jetzt auch total auf den NEM-Trip. Spaß bei Seite. Es ist galube ich schon was dran, sich gezielt auch ein paar Vitamine zuzuführen, als nur Finasterid zu schlucken und Minoxidil zu schmieren.

Hier ist ein ganz interessanter Bericht:

<http://www.aerztewoche.at/viewArticleDetails.do?articleId=2680>

Auch wenn er vielleicht für die Experten unter euch ein bißchen zu oberflächlich ist.

Nach diesem Bericht würde ich mir die genannten NEM's einwerfen:

- Gelacet
- Priorin
- Curatin

Ist das eine gute Wahl, oder gibt es billigere Alternativen?

Und wie sieht es mit den Nebenwirkungen aus?

Was fehlt mir bei der Kombination noch?

2. In einer anderen Studie las ich:

"Einige natürliche Substanzen wirken wie Finasterid und sind z.B. in Soja, grünem Tee, bestimmten Pflanzenextrakten enthalten. Bestimmte Kombinationen von Zink und Vitaminen des B6-Komplex können die DHT-Bildung ebenfalls erheblich mindern."

Ich meine dazu:

Das kann ja stimmen, aber in welchen Mengen müsste ich denn z.B. grünen Tee trinken, damit er eine Wirkung hat? Täglich 100 Liter

Welche Vitamine des B6-Komplex sind hier gemeint? Und wie (welche Tabletten / Hersteller) führe ich mir diese am besten zu?

3. Das alles ist natürlich auch nicht ganz billig. Lohnt sich die Investition in die NEM's eigentlich? Was sind eure Erfahrungen?

Freundliche Grüße

Subject: Re: Vitamine als Basis für das Haarwachstum
Posted by [Gast](#) on Wed, 21 Jun 2006 21:13:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

L-Arginin als Penetrationsverstärker ?

Subject: Re: nicht oberflaechlich..
Posted by [tino](#) on Thu, 22 Jun 2006 06:32:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Der Wirkungsmechanismus von Biotin ist aber noch nicht vollständig geklärt. Folgende Möglichkeiten werden diskutiert: eine Hemmung des Rezeptors ohne antiandrogen zu wirken, eine mögliche günstige Beeinflussung der ATP-Bindung und dadurch mehr Energie für das Haarwachstum oder eventuell auch ein membranstabilisierender und damit protektiver Effekt auf die Haarmatrixzelle.

...aber vergessen wurde viel. So z.B. das Biotin die Insulinsensitivität in der Haut verbessert.

Subject: Re: nicht oberflaechlich..
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Thu, 22 Jun 2006 12:37:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also könnte es auch gut gegen Akne sein? weil da besteht ja glaub ich bei manchen beinahe eine Insulin-Resistenz in der Haut oder hab ich das falsch gelesen?

Subject: Re: Vitamine als Basis für das Haarwachstum @ haaribaer
Posted by [strike](#) on Thu, 22 Jun 2006 16:10:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: Vitamine als Basis für das Haarwachstum @ haaribaer
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Thu, 22 Jun 2006 16:13:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

strike schrieb am Don, 22 Juni 2006 18:10

Vitamin A muß man nicht zuführen, davon bekommt man genügend mit der Nahrung, im Gegenteil, man sollte sich ohnehin Multipräparate - wenn man so ein Gießkannenprinzip bevorzugt - ohne Vitamin A kaufen.

naja z.B. bei Leuten die Akne haben od. schonmal hatten ist Vitamin-A-Mangel eigentlich sehr oft vorhanden....und ich denke das betrifft mehrere Leute hier
