
Subject: Vitamin D3 topisch

Posted by [knuspermüsli](#) on Mon, 28 Aug 2017 19:57:28 GMT

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

Hey,

im Forum gibt es ja häufiger gepostete Studien zur Vitamin D3 Einnahme, aber irgendwie nimmt die keiner richtig wahr.

Es ist mittlerweile wirklich bekannt, dass viele Menschen nen Mangel an Vitamin D haben, da man nur noch selten in der puren Sonne ist. Viele kleistern sich mit Sonnenschutzfaktor zu oder gehen gar nicht mehr raus und zocken den ganzen Tag vorm PC .

Ich hatte vor zwei Jahren ne Blutuntersuchung in der auch Vitamin D getestet wurde und der Wert lag bei 12 ng/ml. Mein Haarausfall hat auch in der Phase angefangen, bei der ich den ganzen Tag nur vorm Rechner gesessen habe und mich schlecht ernährt habe.

Es gibt vor allem im Ausland Hautcremes mit Vitamin D3, die nachweislich Schuppenflechte und Reibeisenhaut kurieren sollen. Leider haben die Cremes meistens noch viele andere (bedenkliche) Inhaltsstoffe.

Was haltet ihr also davon, eine Creme für die Kopfhaut herzustellen? Ich dachte da an ein penetrierendes Öl, Vitamin D3 Pulver (Cholecalciferol), vielleicht einen Emulgator?

Ich freu mich auf eure Ideen!

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch

Posted by [pilos](#) on Mon, 28 Aug 2017 20:05:54 GMT

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

kannst es dir überall schmieren...lokal wirkt es nicht

8.) Anmerkungen zu Vitamin D - Topicals

https://www.alopezie.de/fud/index.php?t=tree&goto=279487&#msg_279487

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch

Posted by [knuspermüsli](#) on Mon, 28 Aug 2017 20:21:56 GMT

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

Oh das hatte ich nicht bedacht. Also sind die Vitamin D3 Cremes nur Geldverschwendung?

Calcitriol scheint extrem teuer zu sein ... Also keine Möglichkeit?

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch
Posted by [pilos](#) on Mon, 28 Aug 2017 20:36:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

knuspermüsli schrieb am Mon, 28 August 2017 23:21Oh das hatte ich nicht bedacht. Also sind die Vitamin D3 Cremes nur Geldverschwendung?

Calcitriol scheint extrem teuer zu sein ... Also keine Möglichkeit?

D3 funzt als topical besser als oral 10fach um den blutspiegel sehr effektiv und schnell anzuheben...aber es ist egal wo du es aufträgst und auf die haare wird es sich nicht auswirken

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch
Posted by [OksanaW](#) on Wed, 30 Aug 2017 09:09:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Auf mein Organismus wirkte es perfekt!

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch
Posted by [yoda](#) on Wed, 30 Aug 2017 10:36:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Mon, 28 August 2017 22:36
D3 funzt als topical besser als oral 10fach um den blutspiegel sehr effektiv und schnell anzuheben...aber es ist egal wo du es aufträgst und auf die haare wird es sich nicht auswirken

Muss D3 nicht eh erst durch die Leber und in das wirksame 25(OH)Vitamin-D3 umgewandelt werden?

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch
Posted by [pilos](#) on Wed, 30 Aug 2017 10:38:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

yoda schrieb am Wed, 30 August 2017 13:36pilos schrieb am Mon, 28 August 2017 22:36
D3 funzt als topical besser als oral 10fach um den blutspiegel sehr effektiv und schnell anzuheben...aber es ist egal wo du es aufträgst und auf die haare wird es sich nicht auswirken

Muss D3 nicht eh erst durch die Leber und in das wirksame 25(OH)Vitamin-D3 umgewandelt werden?

ja

aber die konzentration der vorstufe im blut erreicht man als topical 10x effektiver

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 30 Aug 2017 13:01:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das Problem sind die defekten Vitamin D-Rezeptoren und nicht Vitamin D an sich.
Essentielle Fettsäuren (Omega 3 und 6) sowie Ket-Shampoo sind einige der wenigen Mittel, die die Vit D-Rezeptoren reparieren können.

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch
Posted by [Blackster](#) on Wed, 30 Aug 2017 18:02:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vitamin D hat doch mit AGA überhaupt nichts zu tun.
Bin jeden Tag in der Sonne und trotzdem rieseln die Haare.

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 30 Aug 2017 22:35:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Blackster schrieb am Wed, 30 August 2017 20:02 Vitamin D hat doch mit AGA überhaupt nichts zu tun.
Bin jeden Tag in der Sonne und trotzdem rieseln die Haare.

hast du nicht ne HT machen lassen?
Und trotzdem rieselt es immer noch?
Na sowas..

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch

Posted by [Blackster](#) on Thu, 31 Aug 2017 10:04:55 GMT

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

Da wo nicht transplantiert wurde rieselt es weiter, ist doch logisch.
Und Fin wirkt eben nach 10+ Jahren irgendwann nicht mehr.

Subject: Aw: Vitamin D3 topisch

Posted by [Faraday](#) on Thu, 31 Aug 2017 18:08:45 GMT

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

knuspermüsli schrieb am Mon, 28 August 2017 21:57 Was haltet ihr also davon, eine Creme für die Kopfhaut herzustellen? Ich dachte da an ein penetrierendes Öl, Vitamin D3 Pulver (Cholecalciferol), vielleicht einen Emulgator?

Zu dieser Frage möchte ich einen Satz aus dem Artikel von Fawzi et al. (2016) zitieren:

"In addition, the use of topical vitamin D analogs, which upgrade the expression of VDR, in the treatment of AA and AGA and the evaluation of s.VDR, as an indicator of t.VDR, and a marker of rate of response would be an attractive area of research."

Quellenangabe:

Fawzi, M. M. T., Mahmoud, S. B., Ahmed, S. F. and Shaker, O. G. (2016),
Assessment of vitamin D receptors in alopecia areata and androgenetic alopecia.
J Cosmet Dermatol, 15: 318323.
doi:10.1111/jocd.12224
