
Subject: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nomadd](#) on Thu, 14 Sep 2017 07:00:26 GMT

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

Hier im Forum ist ja schon so ziemlich jedes "ätherische "Öl" gehyped worden.

Rizinusöl

Rosmarinöl

Pfefferminzöl

Jojobaöl

Thymianöl

Emu-Öl

Kastoröl

... und was es nicht sonst noch alles an (ätherischen) "Ölen" gibt...

Welche dieser "Öle" sind denn nun am "besten"? Für welche dieser "Öle" gibt es Beweise in Form von Studien und anekdotischen Berichten, die die Wirksamkeit hinsichtlich AGA belegen?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [pilos](#) on Thu, 14 Sep 2017 07:18:34 GMT

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

Pfefferminzöl

Schwarzkümmelöl als Träger

Thymianöl

Eukalyptusöl

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Pandemonium](#) on Thu, 14 Sep 2017 09:37:32 GMT

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

Kastoröl = Castor Oil = Rizinusöl

Zu Rosmarinöl gibt es eine Vergleichsstudie mit Minox

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25842469>

Pfefferminzöl

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25584150>

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [solinco](#) on Thu, 14 Sep 2017 09:55:46 GMT

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

MM87 schrieb am Thu, 14 September 2017 09:00Hier im Forum ist ja schon so ziemlich jedes "ätherische "Öl" gehyped worden.

Rizinusöl

Rosmarinöl

Pfefferminzöl

Jojobaöl

Thymianöl

Emu-Öl

Kastoröl

... und was es nicht sonst noch alles an (ätherischen) "Ölen" gibt...

Welche dieser "Öle" sind denn nun am "besten"? Für welche dieser "Öle" gibt es Beweise in Form von Studien und anekdotischen Berichten, die die Wirksamkeit hinsichtlich AGA belegen?

Über die Wirkungsweise ist aber noch nicht viel bekannt. Man munkelt aufgrund der entzündungshemmenden Wirkung.

Vielleicht werden auch durch die fettenden eigenschafften der Öle die Talgdrüsen und somit auch die hormonellen Aktivitäten in der Kopfhaut bzw des follikel beruhigt, da dann nicht "nachgefettet" werden muss.

Man weiß es nicht. Auch beim Schweineschmalz wurde über langsamer nachfettende kopfhaut und ein gutes kopfhautgefühl berichtet bevor es dann abgesetzt wurde.

Man weiß es nicht

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nemesis](#) on Thu, 14 Sep 2017 11:12:07 GMT

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

Pandemonium schrieb am Thu, 14 September 2017 11:37Kastoröl = Castor Oil = Rizinusöl

Zu Rosmarinöl gibt es eine Vergleichsstudie mit Minox

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25842469>

Pfefferminzöl

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25584150>

Laut der Studie wirkt aber Rosmarinöl nur so gut, wie 2% Minox, da in dieser Studie auch 2% Minox nicht wirkt, ergo wirkt auch Rosmarinöl laut dieser Studie nicht. Die Studie ist kompletter Mist.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 14 Sep 2017 11:14:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Über Pfefferminzöl gibt es überhaupt keine Erfahrungsberichte an Menschen und schon gar nicht an Menschen mit AGA.
Möglicherweise wirkt es sogar kontraproduktiv, falls es z.B. Verkalkung fördert.

Wissenschaftlich abgesichert auf AGA sind:

- Nachtkerzenöl + Fischöl (es kam zu starken Neuwuchs!)
 - Rizinusöl
 - Rosmarinöl
 - Thymianöl
-

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Pandemonium](#) on Thu, 14 Sep 2017 13:26:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nemesis schrieb am Thu, 14 September 2017 13:12Laut der Studie wirkt aber Rosmarinöl nur so gut, wie 2% Minox, da in dieser Studie auch 2% Minox nicht wirkt, ergo wirkt auch Rosmarinöl laut dieser Studie nicht. Die Studie ist kompletter Mist.

?

"In contrast, both groups experienced a significant increase in hair count at the 6-month endpoint compared with the baseline and 3-month endpoint (P < .05)."

Leider gelange ich nicht an den Volltext.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Alecks](#) on Thu, 14 Sep 2017 13:34:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Thu, 14 September 2017 13:14Über Pfefferminzöl gibt es überhaupt keine Erfahrungsberichte an Menschen und schon gar nicht an Menschen mit AGA.
Möglicherweise wirkt es sogar kontraproduktiv, falls es z.B. Verkalkung fördert.

Wissenschaftlich abgesichert auf AGA sind:

- Nachtkerzenöl + Fischöl (es kam zu starken Neuwuchs!)
- Rizinusöl
- Rosmarinöl
- Thymianöl

WO ist dein starker Neuwuchs?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 14 Sep 2017 15:02:08 GMT

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

Alecks schrieb am Thu, 14 September 2017 15:34Bis-2018-Norwood-null schrieb am Thu, 14 September 2017 13:14Über Pfefferminzöl gibt es überhaupt keine Erfahrungsberichte an Menschen und schon gar nicht an Menschen mit AGA.

Möglicherweise wirkt es sogar kontraproduktiv, falls es z.B. Verkalkung fördert.

Wissenschaftlich abgesichert auf AGA sind:

- Nachtkerzenöl + Fischöl (es kam zu starken Neuwuchs!)
- Rizinusöl
- Rosmarinöl
- Thymianöl

WO ist dein starker Neuwuchs?

Ich selbst nehme das erst seit kurzem.

Es gibt ein Patent dazu, wo es bei 100% aller Probanden zu Neuwuchs kam.

Deshalb vermute ich, dass die Ursache der AGA ein Mangel an essentiellen Fettsäuren ist (Omega 3 und Omega 6), weil beide Fettsäuren in der westlichen Ernährung kaum vorkommen.

Diese Fettsäuren hemmen nicht nur DHT, sondern auch Entzündungen und fördern Prostaglandine.

Also GENAU das, was ja bei AGA im Ungleichgewicht ist.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Ryder89](#) on Thu, 14 Sep 2017 15:51:14 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Thu, 14 September 2017 17:02Alecks schrieb am Thu, 14

September 2017 15:34Bis-2018-Norwood-null schrieb am Thu, 14 September 2017 13:14Über Pfefferminzöl gibt es überhaupt keine Erfahrungsberichte an Menschen und schon gar nicht an Menschen mit AGA.

Möglicherweise wirkt es sogar kontraproduktiv, falls es z.B. Verkalkung fördert.

Wissenschaftlich abgesichert auf AGA sind:

- Nachtkerzenöl + Fischöl (es kam zu starken Neuwuchs!)
- Rizinusöl
- Rosmarinöl
- Thymianöl

WO ist dein starker Neuwuchs?

Ich selbst nehme das erst seit kurzem.

Es gibt ein Patent dazu, wo es bei 100% aller Probanden zu Neuwuchs kam.

Deshalb vermute ich, dass die Ursache der AGA ein Mangel an essentiellen Fettsäuren ist (Omega 3 und Omega 6), weil beide Fettsäuren in der westlichen Ernährung kaum vorkommen.

Diese Fettsäuren hemmen nicht nur DHT, sondern auch Entzündungen und fördern Prostaglandine.

Also GENAU das, was ja bei AGA im Ungleichgewicht ist.

Patente sind für nix Glaub nicht alles was du so liest!

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nemesis](#) on Thu, 14 Sep 2017 17:44:31 GMT

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

Pandemonium schrieb am Thu, 14 September 2017 15:26Nemesis schrieb am Thu, 14 September 2017 13:12Laut der Studie wirkt aber Rosmarinöl nur so gut, wie 2% Minox, da in dieser Studie auch 2% Minox nicht wirkt, ergo wirkt auch Rosmarinöl laut dieser Studie nicht. Die Studie ist kompletter Mist.

?

"In contrast, both groups experienced a significant increase in hair count at the 6-month endpoint compared with the baseline and 3-month endpoint ($P < .05$)."

Leider gelange ich nicht an den Volltext.

Im Volltext steht, dass Minox 2% durchschnittlich für 2,5 % mehr Haare auf der betrachteten Fläche und Rosmarinöl für 5% mehr Haare gesorgt hat. Absoluter Witz. Zudem gab es keine Kontrollgruppe, also können die 2-5% auch einfach

saisonale Schwankungen gewesen sein.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 14 Sep 2017 19:08:38 GMT

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

Ich finde die Ergebnisse von Rosmarinöl auch nicht beeindruckend.

Ganz im Gegensatz zum Thymianöl.

Unser User "yes-no" berichtete von einem kompletten HA-Stopp nach kurzer Zeit.

Auch hier berichten die User das:

<http://immortalhair.forumandco.com/t10046-thyme-oil-is-magic>

Laut einer Pubmed-Studie ist Thymianöl das stärkste entzündungshemmendste Öl.

Es hemmt auch COX-2, ähnlich wie Alpicort F.

Mäuse mit einer erhöhten COX-2-Expression wurden kahl.

Möglich, dass bei Glatzentägern eine erhöhte COX2-Aktivität stattfindet. Das führt dazu, dass sehr viel Arachidonsäure zu Prostaglandinen umgewandelt wird. So weit so gut. Nur irgendwann ist der Speicher an Arachidonsäure dann auch mal leer.

Und dann haben wir den Arachidonsäure-Mangel.

Arachidonsäure ist sehr wichtig, denn es hemmt DHT und reguliert auch sonst wichtige Androgene.

Das wird auch der Grund sein, warum Schweineschmalz gewirkt hat. Zu Arachidonsäure selbst gibts auch ne Studie, wo es zu Neuwuchs kam. Zwar nur an Mäusen, aber es war wirkungsvoller als Minox.

Durch oral eingenommenes Sonnenblumen- oder Distelöl wandelt der Körper die Linolsäure

selbstständig in Arachidonsäure um. Laut einer Studie führt die orale Einnahme von 40 g

Sonnenblumenöl am Tag nach nur 5 Tagen zu einer verdreifachung des

Arachidonsäure-Spiegels im Serum. Und das landet dann auch irgendwann in der Kopfhaut.

Wenn zusätzlich auch noch COX-2-Hemmer wie Thymianöl verwendet werden, wird auch nur wenig davon in Prostaglandine umgewandelt. Und das ist GUT so, denn Arachidonsäure brauchen wir.

Rizinusöl ist ein halbes Prostaglandin E2-Analoga. Das könnte man schlucken, um die EP3 und EP4-Rezeptoren zu besetzen. So hätte man viel Prostaglandin und viel Arachidonsäure, so wie es sein soll.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Caz9](#) on Fri, 15 Sep 2017 05:45:20 GMT

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

Wie nehme ich das Thymianöl am effektivsten, in alk auflösen bzw welche Konzentration?

Benutze es jetzt seit fast zwei Wochen täglich und getan hat sich bei mir bisher nix

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nomadd](#) on Fri, 15 Sep 2017 06:09:39 GMT

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

pilos schrieb am Thu, 14 September 2017 09:18 Pfefferminzöl

Schwarzkümmelöl als träger

Thymianöl

Eukalyptusöl

kein Rosmarin?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [pilos](#) on Fri, 15 Sep 2017 06:45:42 GMT

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

MM87 schrieb am Fri, 15 September 2017 09:09 pilos schrieb am Thu, 14 September 2017

09:18 Pfefferminzöl

Schwarzkümmelöl als träger

Thymianöl

Eukalyptusöl

kein Rosmarin?

Eukalyptusöl als ersatz

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [hallowelt](#) on Fri, 15 Sep 2017 07:06:36 GMT

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

Schwarzkümmelöl soll PGE2 hemmen..

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Aristo084](#) on Fri, 15 Sep 2017 08:37:39 GMT

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

Mischt doch einfach Soli Öl in eure Lotion mit rein.

Da ist alles drin: Orangen, Eukalyptus, Rosmarin, Pfefferminze, Anis, Lavendel, Salbei, Nelke, Wacholderbeere, Melisse, Thymian, Fenchel, Wermut, Kümmel, Kamille, Petersiliensamen, Kalmus, Selleriesamen. Zusatz: Mistel-Öl-Lösung, Chlorophyll-Öl- Lösung, Weizenkeimöl.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nomadd](#) on Fri, 15 Sep 2017 08:46:57 GMT

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

Aristo084 schrieb am Fri, 15 September 2017 10:37Mischt doch einfach Soli Öl in eure Lotion mit rein.

Da ist alles drin: Orangen, Eukalyptus, Rosmarin, Pfefferminze, Anis, Lavendel, Salbei, Nelke, Wacholderbeere, Melisse, Thymian, Fenchel, Wermut, Kümmel, Kamille, Petersiliensamen, Kalmus, Selleriesamen. Zusatz: Mistel-Öl-Lösung, Chlorophyll-Öl- Lösung, Weizenkeimöl.

Danke für den Tipp! Interessant! Kannte ich noch nicht.

Gibt es noch mehr solcher Öl-Kombinationen unter anderem Namen? Idealerweise mit weniger Ölen? Das Problem bei sovielen Ölen dadrin dürfte sein, dass nach Verdünnung jedes einzelne dieser Öle keine nennenswerte Wirkung mehr haben dürfte...

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Aristo084](#) on Fri, 15 Sep 2017 08:51:35 GMT

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

Ich nutze seit 2013 eigentlich nur Soli bei Muskel und Rückenverspannungen. Seit 2016 auch topisch (10 ml RU + 5 Tropfen Thio und 1ml davon von diesem Öl).

Der Geruch ist auch der Hammer. Extrem angenehm!

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 15 Sep 2017 09:50:02 GMT

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

Caz9 schrieb am Fri, 15 September 2017 07:45Wie nehme ich das Thymianöl am effektivsten, in alk auflösen bzw welche Konzentration? Benutze es jetzt seit fast zwei Wochen täglich und getan hat sich bei mir bisher nix

Wie hoch hast du es denn konzentriert und was hast du als Träger genommen?

Normalerweise nimmt man Alkohol als Träger und löst ca. 20 Tropfen auf 100 ml auf.

Wenn du es in Speise-Öl löst, wirkt das nicht.

Nur Alkohol und DMSO sind stark genug, um die ätherischen Öle in die Haut zu schleusen.
Du könntest Thymianöl auch ins Minox kippen.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Caz9](#) on Fri, 15 Sep 2017 10:38:05 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 15 September 2017 11:50Caz9 schrieb am Fri, 15 September 2017 07:45Wie nehme ich das Thymianöl am effektivsten, in alk auflösen bzw welche Konzentration? Benutze es jetzt seit fast zwei Wochen täglich und getan hat sich bei mir bisher nix

Wie hoch hast du es denn konzentriert und was hast du als Träger genommen?

Normalerweise nimmt man Alkohol als Träger und löst ca. 20 Tropfen auf 100 ml auf.

Wenn du es in Speise-Öl löst, wirkt das nicht.

Nur Alkohol und DMSO sind stark genug, um die ätherischen Öle in die Haut zu schleusen.

Du könntest Thymianöl auch ins Minox kippen.

Ich bin noch recht neu in Sachen haarausfall Bekämpfung, obgleich ich bereits 8 Jahre darunter leide. Bisher nutze ich lediglich Ket + po topisch, weil mein Status noch sehr gut ist bzw ich vermute es liegt primär an einem Pilzbefall, da mir auch Brauen und Barthaare kontinuierlich ausfallen bzw meine Haut stark zu schuppbildung neigt. Daher auch der versuch mit Thymian weil es gegen Pilze sehr effektiv sein soll.

Bislang hab ich immer auf 2 Topfen Thymian 20 Tropfen Alkohol folgen lassen und das ganze dann einmassiert, sämtliche Haare im Gesicht rieseln aber nach wie vor. Evtl brauch es noch etwas Zeit..

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 15 Sep 2017 11:33:16 GMT

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

Caz9 schrieb am Fri, 15 September 2017 12:38Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 15 September 2017 11:50Caz9 schrieb am Fri, 15 September 2017 07:45Wie nehme ich das Thymianöl am effektivsten, in alk auflösen bzw welche Konzentration? Benutze es jetzt seit fast zwei Wochen täglich und getan hat sich bei mir bisher nix

Wie hoch hast du es denn konzentriert und was hast du als Träger genommen?

Normalerweise nimmt man Alkohol als Träger und löst ca. 20 Tropfen auf 100 ml auf.

Wenn du es in Speise-Öl löst, wirkt das nicht.

Nur Alkohol und DMSO sind stark genug, um die ätherischen Öle in die Haut zu schleusen.

Du könntest Thymianöl auch ins Minox kippen.

Ich bin noch recht neu in Sachen haarausfall Bekämpfung, obgleich ich bereits 8 Jahre darunter leide. Bisher nutze ich lediglich Ket + po topisch, weil mein Status noch sehr gut ist bzw ich vermute es liegt primär an einem Pilzbefall, da mir auch Brauen und Barthaare kontinuierlich ausfallen bzw meine Haut stark zu schuppbildung neigt. Daher auch der versuch mit Thymian weil

es gegen Pilze sehr effektiv sein soll.

Bislang hab ich immer auf 2 Topfen Thymian 20 Tropfen Alkohol folgen lassen und das ganze dann einmassiert, sämtliche Haare im Gesicht rieseln aber nach wie vor. Evtl brauch es noch etwas Zeit..

Das sind ca. 10%. Das ist ganz schön viel.

Gut, wenn Thymianöl nicht wirkt, dann probier doch mal Jod-Salbe und löse darin 15% Salizylsäure auf.

Ich habe das auch schon ausprobiert. Das ist sehr effektiv und bekämpft die Pilze nicht nur an der Oberfläche. Die Salizylsäure lockert die ganze Haut auf, so dass der Wirkstoff überall hinkommt. Allerdings führt es zu starker Abschuppung der Haut. Dieser Peel-Effekt hat aber auch was positives, denn so wird alles gründlich aufgeräumt.

Die Beseitigung von Pilzen halte ich für das A und O. Weil Pilze immer zu Entzündungen und AGA führen. Und sie leeren auch die so wichtigen Arachidonsäure-Speicher.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Caz9](#) on Fri, 15 Sep 2017 11:58:45 GMT

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

Besten Dank ich werds demnächst mal ausprobieren. Ich vertrage die 10% recht gut, ist allerdings auch die Obergrenze. Werde erstmal noch paar Tage so fortfahren. Der Pilz ist optisch zwar weg, aber den Haarausfall bzw auch der Gesichtshaarung hat es noch nicht ganz stoppen können.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 15 Sep 2017 13:55:00 GMT

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

Bei Amazon gibts Salizylsäure als Pulver. Das kann man dann in die Jod-Salbe mischen. Ich habe noch kein fertiges Produkt gefunden, wo Jod und Salizylsäure zusammen vorkommen.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Caz9](#) on Sat, 16 Sep 2017 05:22:02 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 15 September 2017 15:55Bei Amazon gibts Salizylsäure als Pulver. Das kann man dann in die Jod-Salbe mischen.

Ich habe noch kein fertiges Produkt gefunden, wo Jod und Salizylsäure zusammen vorkommen.

Habs bereits bestellt. Wie oft sollte man es anwenden und man kann die Salbe einfach drauf lassen ohne es abzuspülen?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [valesk](#) on Sat, 16 Sep 2017 09:53:05 GMT

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

delete

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 16 Sep 2017 10:45:03 GMT

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

Caz9 schrieb am Sat, 16 September 2017 07:22Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 15 September 2017 15:55Bei Amazon gibts Salizylsäure als Pulver. Das kann man dann in die Jod-Salbe mischen.

Ich habe noch kein fertiges Produkt gefunden, wo Jod und Salizylsäure zusammen vorkommen.

Habs bereits bestellt. Wie oft sollte man es anwenden und man kann die Salbe einfach drauf lassen ohne es abzuspülen?

Einfach die ganze Nacht über drauf lassen und am nächsten Morgen dann auswaschen. Ich würde es aber in jedem Fall auf die ganze Kopfhaut schmieren und nicht nur auf die kahlen Stellen, weil der Pilz verteilt sich ja überall.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [the_steve](#) on Sat, 16 Sep 2017 18:28:05 GMT

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

Kriegst du von den 2 Teelöffeln Rizöl nicht voll den Durchfall Chris?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Sep 2017 02:11:03 GMT

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

the_steve schrieb am Sat, 16 September 2017 20:28Kriegst du von den 2 Teelöffeln Rizöl nicht voll den Durchfall Chris?

Keineswegs! Um Durchfall zu provozieren, müsste man schon 50 ml schlucken.

Diese Menge an Öl reicht aber scheinbar aus, um Haarwuchs anzuregen. Denn 90% des Öls ist Ricinolsäure (ein halbes Prostaglandin E2-Analoga).

Die Libido wird durch Rizinusöl auch extrem stark. Nicht verwunderlich, denn Sperma besteht ja größtenteils aus Prostaglandinen.

Wirklich ein echter Insider-Tipp gegen Potenzprobleme.

Es kann natürlich auch daran liegen, weil Prostaglandin E2 auch durchblutungsfördernd wirkt.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Alecks](#) on Sun, 17 Sep 2017 05:38:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

es gibt verschiedene Rizinusöle, genuaso wie Distelöl.
Wirksame und Schrott. WO beziehst du das Rizinusöl her?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [pilos](#) on Sun, 17 Sep 2017 07:51:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alecks schrieb am Sun, 17 September 2017 08:38es gibt verschiedene Rizinusöle, genuaso wie Distelöl.
Wirksame und Schrott. WO beziehst du das Rizinusöl her?

na ja....rizinus ist rizinus..egal welche sorte

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Pandemonium](#) on Sun, 17 Sep 2017 10:31:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sun, 17 September 2017 09:51Alecks schrieb am Sun, 17 September 2017 08:38es gibt verschiedene Rizinusöle, genuaso wie Distelöl.
Wirksame und Schrott. WO beziehst du das Rizinusöl her?

na ja....rizinus ist rizinus..egal welche sorte

Man könnte zwischen raffiniert und kalt gepresst unterscheiden.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Sep 2017 13:07:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Pandemonium schrieb am Sun, 17 September 2017 12:31pilos schrieb am Sun, 17 September 2017 09:51Alecks schrieb am Sun, 17 September 2017 08:38es gibt verschiedene Rizinusöle, genuaso wie Distelöl.
Wirksame und Schrott. WO beziehst du das Rizinusöl her?

na ja....rizinus ist rizinus..egal welche sorte

Man könnte zwischen raffiniert und kalt gepresst unterscheiden.

Könnte man. Aber bringt das was?

Im symptome-Forum wird immer das Raffinierte aus der Apotheke empfohlen. Die User dort nehmen das nicht als Haarwuchsmittel, sondern leiten damit 1x/Woche mit 50 ml ihre Gifte aus. Und als Nebenwirkung berichteten viele User, dass plötzlich auf ihrer Kopfhaut wieder Haare wachsen, wo seit Jahren oder Jahrzehnten alles kahl war.

Also scheint das Raffinierte genauso gut zu wirken wie das kaltgepresste.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Pandemonium](#) on Sun, 17 Sep 2017 13:13:19 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 17 September 2017 15:07 Könnte man. Aber bringt das was?

<https://ask.fm/swisstemples/answers/133302923372>

Ein halbes Jahr tgl. 2 ml kalt gepresstes Rizinusöl oral war bei mir jedenfalls völlig wirkungslos (in jeder Hinsicht).

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Alecks](#) on Sun, 17 Sep 2017 13:32:50 GMT

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

die hatten 25malmehr laut Norwood 1x pro Woche. Umgerechnet bei 2ml am Tag hättest du 14ml genommen, also 4mal weniger.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Sep 2017 16:06:40 GMT

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

Alecks schrieb am Sun, 17 September 2017 15:32 die hatten 25malmehr laut Norwood 1x pro Woche. Umgerechnet bei 2ml am Tag hättest du 14ml genommen, also 4mal weniger. Richtig. Allerdings nahmen die die 50 ml auch auf einmal ein und für den Rest der Woche dann gar nichts.

Klar führt das zu Durchfall und genau das war ja auch erwünscht.

Ich führe schon viele Jahre mit Rizinusöl ab. Zwar nicht jede Woche, aber doch recht oft. In den letzten 4 Jahren machte ich geschätzt 50 Ausleitungen mit Rizinusöl.

Mir ist davon kein einziges Haar gewachsen. Andere wiederum nehmen das nur 4 Wochen und schon sprießen die Haare wieder.

Leider wirkt Rizinusöl nicht bei jedem. Warum das so ist, weiß ich nicht. Ich kann mir aber vorstellen, dass DHT hier eine entscheidene Rolle spielt.

Rizinusöl hemmt kein DHT und ist auch sonst keine essentielle Fettsäure. Deswegen würde ich unbedingt auf ESSENTIELLE Fettsäuren setzen wie Linolsäure, Gamma-Linolensäure und Alpha-Linolensäure. Diese kommen in pflanzlichen Ölen vor wie Leinöl und Sonnenblumenöl und diese Fettsäuren hemmen auch DHT und werden dann zu Prostaglandinen verstoffwechselt. Es gibt ein Patent über Nachtkerzenöl + Fischöl, wo nach 1-2 Monaten die Haare wieder nachwachsen.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Pandemonium](#) on Sun, 17 Sep 2017 16:24:30 GMT

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

Alecks schrieb am Sun, 17 September 2017 15:32die hatten 25malmehr laut Norwood 1x pro Woche. Umgerechnet bei 2ml am Tag hättest du 14ml genommen, also 4mal weniger. Dafür war bei mir der "Wirkspiegel" gleichmäßiger. Es war das Einnahmeschema und -menge, das Swisstemple empfohlen hat, der damals noch als Hoffnungsträger galt. Angeblich hatten damit einige seiner Anhänger in seinem privaten Forum Erfolg. Heute bin ich da sehr skeptisch. Wie er damals in großen Tönen von der Hypertrichose schrieb, die angeblich schon bei dieser Dosis einsetzen sollte, wirkt nach meinem Selbstversuch auf mich heute nur noch lächerlich.

Einmal die Woche mit hohen Dosen RÖ abzuführen kann außerdem nicht gesund sein.

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 17 September 2017 18:06Leider wirkt Rizinusöl nicht bei jedem. Warum das so ist, weiß ich nicht.

Die Anhänger dieser ekelhaften Flüssigkeit werden entgegenen, a) du nimmst zu wenig, b) du nimmst es nicht lange genug oder c) du nimmst das falsche RÖ. Ich habe den Glauben an dieses Zeug verloren.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Sep 2017 16:30:21 GMT

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

Zitat: Einmal die Woche mit hohen Dosen RÖ abzuführen kann außerdem nicht gesund sein. Da irrst du aber! Mit genau dieser Methode wurden schon schwerste Allergien, Tinnitus, Kurzsichtigkeit, Rückenschmerzen, verschiedene Intoleranzen (u.a. Histamin) und vieles mehr geheilt. Und unter anderem eben auch die Glatzenbildung.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Alecks](#) on Sun, 17 Sep 2017 16:56:02 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 17 September 2017 18:30Zitat: Einmal die Woche mit hohen Dosen RÖ abzuführen kann außerdem nicht gesund sein.

Da irrst du aber! Mit genau dieser Methode wurden schon schwerste Allergien, Tinnitus, Kurzsichtigkeit, Rückenschmerzen, verschiedene Intoleranzen (u.a. Histamin) und vieles mehr geheilt. Und unter anderem eben auch die Glatzenbildung.

Wie soll man dich jetzt wieder ernst nehmen..

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nomadd](#) on Sun, 17 Sep 2017 17:05:24 GMT

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

Bitte die Enema- und Abfuhrdiskussionen unterlassen. Back to Topic please...

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Pandemonium](#) on Sun, 17 Sep 2017 17:11:50 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 17 September 2017 18:30Zitat: Einmal die Woche mit hohen Dosen RÖ abzuführen kann außerdem nicht gesund sein.

Da irrst du aber! Mit genau dieser Methode wurden schon schwerste Allergien, Tinnitus, Kurzsichtigkeit, Rückenschmerzen, verschiedene Intoleranzen (u.a. Histamin) und vieles mehr geheilt. Und unter anderem eben auch die Glatzenbildung.

Undokumentierte Wunderheilungen aus der Märchenstube des Internets.

Mit Handauflegen wurde noch viel mehr angeblich geheilt.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 17 Sep 2017 20:50:33 GMT

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

Alecks schrieb am Sun, 17 September 2017 18:56Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 17 September 2017 18:30Zitat: Einmal die Woche mit hohen Dosen RÖ abzuführen kann außerdem nicht gesund sein.

Da irrst du aber! Mit genau dieser Methode wurden schon schwerste Allergien, Tinnitus, Kurzsichtigkeit, Rückenschmerzen, verschiedene Intoleranzen (u.a. Histamin) und vieles mehr geheilt. Und unter anderem eben auch die Glatzenbildung.

Wie soll man dich jetzt wieder ernst nehmen..

Das sind alles Erfahrungsberichte aus dem symptome-Forum. Die kannst du alle selbst

nachlesen.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Pandemonium](#) on Sun, 17 Sep 2017 21:37:57 GMT

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

Pandemonium schrieb am Sun, 17 September 2017

15:13<https://ask.fm/swisstemples/answers/133302923372>

Ein halbes Jahr tgl. 2 ml kalt gepresstes Rizinusöl oral war bei mir jedenfalls völlig wirkungslos (in jeder Hinsicht).

Berichtigung:

Mein Rizinusöl war raffiniert und nicht kaltgepresst, da Pilos und selbst Swisstemples (siehe Link) davon ausgingen, dass es keinen Unterschied macht.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 18 Sep 2017 00:26:16 GMT

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

Pandemonium schrieb am Sun, 17 September 2017 23:37Pandemonium schrieb am Sun, 17 September 2017 15:13<https://ask.fm/swisstemples/answers/133302923372>

Ein halbes Jahr tgl. 2 ml kalt gepresstes Rizinusöl oral war bei mir jedenfalls völlig wirkungslos (in jeder Hinsicht).

Berichtigung:

Mein Rizinusöl war raffiniert und nicht kaltgepresst, da Pilos und selbst Swisstemples (siehe Link) davon ausgingen, dass es keinen Unterschied macht.

Das denke ich auch!

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Alecks](#) on Mon, 18 Sep 2017 08:14:48 GMT

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

Eigentlich wäre es ja von Vorteil, wenn die Öle Systemisch gehen. Was spricht (auch wegen der Mol Zahl) gegen regelmäßiges Dermarollen mit 1-2mm?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 18 Sep 2017 10:42:12 GMT

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

Alecks schrieb am Mon, 18 September 2017 10:14Eigentlich wäre es ja von Vorteil, wenn die Öle Systemisch gehen. Was spricht (auch wegen der Mol Zahl) gegen regelmäßiges Dermarollen mit 1-2mm?
Systemisch heisst doch oral...
Aber wenn du unbedingt rollern willst, ist das dein gutes Recht. Mir hat der Quatsch nichts gebracht.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Alecks](#) on Mon, 18 Sep 2017 11:24:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

systemisch heißt vom organismus aufgenommen, also auch direkt in die blutbahn. Deshalb muß man bei Ru ja auch aufpassen, nicht am selben Tag zu Rollen. Hier würde es sich aber durchaus anbieten.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Nomadd](#) on Sat, 04 Nov 2017 11:30:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Erst einmal vielen Dank für alle Antworten. Mein Ziel ist es die Effektivsten auszuloten und mir daraus dann ein Hair Tonic / Topical zu basteln. Die KET und PO Shampoos trocknen meine Kopfhaut aus, insofern ist das sicherlich eine gute Möglichkeit zwei Fliegen mit einer Klappe zu schlagen.

pilos schrieb am Thu, 14 September 2017 09:18Pfefferminzöl
Schwarzkümmelöl als träger
Thymianöl
Eukalyptusöl

Danke Pilos für die Auflistung. In welcher Konzentration sollte man diese denn idealerweise applizieren?

Pandemonium schrieb am Thu, 14 September 2017 11:37Kastoröl = Castor Oil = Rizinusöl

Zu Rosmarinöl gibt es eine Vergleichsstudie mit Minox

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25842469>

Pfefferminzöl

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/25584150>
Danke für die Aufklärung

solinco schrieb am Thu, 14 September 2017 11:55MM87 schrieb am Thu, 14 September 2017

09:00Hier im Forum ist ja schon so ziemlich jedes "ätherische Öl" gehyped worden.

Rizinusöl

Rosmarinöl

Pfefferminzöl

Jojobaöl

Thymianöl

Emu-Öl

Kastoröl

... und was es nicht sonst noch alles an (ätherischen) "Ölen" gibt...

Welche dieser "Öle" sind denn nun am "besten"? Für welche dieser "Öle" gibt es Beweise in Form von Studien und anekdotischen Berichten, die die Wirksamkeit hinsichtlich AGA belegen?

Über die Wirkungsweise ist aber noch nicht viel bekannt. Man munkelt aufgrund der entzündungshemmenden Wirkung.

Vielleicht werden auch durch die fettenden eigenschafften der Öle die Talgdrüsen und somit auch die hormonellen Aktivitäten in der Kopfhaut bzw des follikel beruhigt, da dann nicht "nachgefettet" werden muss.

Letzten Endes ist die Wirkungsweise auch egal, solange es funktioniert

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nomadd](#) on Sat, 04 Nov 2017 11:52:46 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Thu, 14 September 2017 13:14Über Pfefferminzöl gibt es überhaupt keine Erfahrungsberichte an Menschen und schon gar nicht an Menschen mit AGA. Möglicherweise wirkt es sogar kontraproduktiv, falls es z.B. Verkalkung fördert.

Wissenschaftlich abgesichert auf AGA sind:

- Nachtkerzenöl + Fischöl (es kam zu starken Neuwuchs!)
- Rizinusöl
- Rosmarinöl
- Thymianöl

Alecks schrieb am Thu, 14 September 2017 15:34Bis-2018-Norwood-null schrieb am Thu, 14 September 2017 13:14Über Pfefferminzöl gibt es überhaupt keine Erfahrungsberichte an Menschen und schon gar nicht an Menschen mit AGA. Möglicherweise wirkt es sogar kontraproduktiv, falls es z.B. Verkalkung fördert.

Wissenschaftlich abgesichert auf AGA sind:

- Nachtkerzenöl + Fischöl (es kam zu starken Neuwuchs!)

- Rizinusöl
- Rosmarinöl
- Thymianöl

WO ist dein starker Neuwuchs?

Er ist doch schon bald NW0

Nemesis schrieb am Thu, 14 September 2017 19:44Pandemonium schrieb am Thu, 14 September 2017 15:26Nemesis schrieb am Thu, 14 September 2017 13:12Laut der Studie wirkt aber Rosmarinöl nur so gut, wie 2% Minox, da in dieser Studie auch 2% Minox nicht wirkt, ergo wirkt auch Rosmarinöl laut dieser Studie nicht. Die Studie ist kompletter Mist.

?

"In contrast, both groups experienced a significant increase in hair count at the 6-month endpoint compared with the baseline and 3-month endpoint ($P < .05$)."

Leider gelange ich nicht an den Volltext.

Im Volltext steht, dass Minox 2% durchschnittlich für 2,5 % mehr Haare auf der betrachteten Fläche und Rosmarinöl für 5% mehr Haare gesorgt hat. Absoluter Witz. Zudem gab es keine Kontrollgruppe, also können die 2-5% auch einfach saisonale Schwankungen gewesen sein.

hmmmm

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Pandemonium](#) on Sat, 04 Nov 2017 11:58:04 GMT

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

Ja, die Studie taugt tatsächlich nichts, wie ich im Nachhinein festgestellt habe...

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nomadd](#) on Sat, 04 Nov 2017 12:29:48 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 15 September 2017 11:50Caz9 schrieb am Fri, 15 September 2017 07:45Wie nehme ich das Thymianöl am effektivsten, in alk auflösen bzw welche Konzentration? Benutze es jetzt seit fast zwei Wochen täglich und getan hat sich bei mir bisher nix

Wie hoch hast du es denn konzentriert und was hast du als Träger genommen?

Normalerweise nimmt man Alkohol als Träger und löst ca. 20 Tropfen auf 100 ml auf.
Wenn du es in Speise-Öl löst, wirkt das nicht.
Nur Alkohol und DMSO sind stark genug, um die ätherischen Öle in die Haut zu schleusen.
Du könntest Thymianöl auch ins Minox kippen.
Gibt es im Einzelhandel bzw. in der Apotheke ein günstiges fertiges Topical bzw Haarwasser, das als Basis gut geeignet ist? Sprich, wo man die "Öle" direkt reinkippen könnte? Kein Bock wieder selbst zu pantschen ^^

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Nomadd](#) on Sat, 04 Nov 2017 12:31:45 GMT

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

Aristo084 schrieb am Fri, 15 September 2017 10:51Ich nutze seit 2013 eigentlich nur Soli bei Muskel und Rückenverspannungen. Seit 2016 auch topisch (10 ml RU + 5 Tropfen Thio und 1ml davon von diesem Öl).

Der Geruch ist auch der Hammer. Extrem angenehm!

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Rezeptleser](#) on Sat, 04 Nov 2017 13:21:34 GMT

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

Zizyphus jujuba -- not to be confused with jojoba -- is a thorny plant found in both Europe and Southeast Asia. For ages, many parts of this plant have been used for medicinal purposes. A study published in the May 2010 issue of "Food and Chemistry Toxicology" linked topical application of this essential oil to hair growth in mice.

The essential oil of chamaecyparis obtusa (C. obtusa), a member of the cypress tree family in northeast Asia, is an ingredient in some health and beauty products, including shampoo. As people claimed these shampoos promoted hair growth, researchers decided to test it. In a study published in the April 2009 "Fitoterapia," rats treated for 30 days with a topical treatment of C. obtusa essential oils were reported to have significantly more hair growth compared to the placebo group. (läuft auch unter Hinoki Öl)

--

Hatte ich mir mal in mein Wordfile kopiert. Waren aber auch schwieriger zu finden zu nem vernünftigen Preis. Aber auch wie immer Mäusetudien, die Studien selbst hatte ich noch nicht rausgesucht.

Swiss nennt noch Grapefruit Öl wegen der Limonene. Evtl. Wäre noch Kamille und andere mit entzündungshemmenden Eigenschaft interessant wie Johanniskraut.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [pilos](#) on Sat, 04 Nov 2017 13:26:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

alles heiße luft

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Rezeptleser](#) on Sat, 04 Nov 2017 13:27:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sat, 04 November 2017 14:26
alles heiße luft

Naja, solange man nicht mehr als die Wirkung von 2% Minox erwartet

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [pilos](#) on Sat, 04 Nov 2017 13:56:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Rezeptleser schrieb am Sat, 04 November 2017 15:27pilos schrieb am Sat, 04 November 2017
14:26
alles heiße luft

Naja, solange man nicht mehr als die Wirkung von 2% Minox erwartet

das ist davon weit entfernt

aber studieren geht übers probieren

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Rezeptleser](#) on Sat, 04 Nov 2017 14:03:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sat, 04 November 2017 14:56Rezeptleser schrieb am Sat, 04 November 2017
15:27pilos schrieb am Sat, 04 November 2017 14:26
alles heiße luft

Naja, solange man nicht mehr als die Wirkung von 2% Minox erwartet

das ist davon weit entfernt

aber studieren geht übers probieren

Wir dürfen auch nicht zu pessimistisch werden, sonst haben wir nachher umgekehrten Placebo

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 04 Nov 2017 17:40:42 GMT

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

Zumindest in Kombination mit Säuren scheinen Öle (zumindest bei mir) die Kopfhaut zu verunstalten.

Meine Kopfhaut wird davon so komisch narbig, was aber reversibel ist.

Ich verwende die Öle nur noch oral, das sollte auch völlig reichen. So hat die Natur es vorgesehen.

Gibt ne Studie, wo 40 g Sonnenblumenöl am Tag schon nach 5 Tagen zu einer verdreifachung des Arachidonsäure-Spiegels im Serum führte.

Arachidonsäure ist eine lebensnotwendige Fettsäure und ich vermute, dass so gut wie jeder einen gravierenden Mangel davon hat. Laut Studien fördert Arachidonsäure das Haarwachstum und vermutlich ist das der Grund, warum Schweineschmalz wirkt.

Allerdings: Pfefferminzöl und Thyianöl verwende ich noch- vorerst.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [hallowelt](#) on Sun, 05 Nov 2017 08:25:54 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sat, 04 November 2017 18:40

Meine Kopfhaut wird davon so komisch narbig, was aber reversibel ist.

In den von dir verwendeten Größenordnungen auch kein Wunder. Nachzulesen, dass Konzentrationen >0,25% zytotoxisch sind..

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [chrisan](#) on Sun, 05 Nov 2017 09:49:11 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sat, 04 November 2017 18:40Zumindest in Kombination mit Säuren scheinen Öle (zumindest bei mir) die Kopfhaut zu verunstalten. Meine Kopfhaut wird davon so komisch narbig, was aber reversibel ist.

Ich verwende die Öle nur noch oral, das sollte auch völlig reichen. So hat die Natur es vorgesehen.

Gibt ne Studie, wo 40 g Sonnenblumenöl am Tag schon nach 5 Tagen zu einer verdreifachung des Arachidonsäure-Spiegels im Serum führte.

Arachidonsäure ist eine lebensnotwendige Fettsäure und ich vermute, dass so gut wie jeder einen gravierenden Mangel davon hat. Laut Studien fördert Arachidonsäure das Haarwachstum und vermutlich ist das der Grund, warum Schweineschmalz wirkt.

Allerdings: Pfefferminzöl und Thyianöl verwende ich noch- vorerst.

na dann pass' mal auf, dass du nicht noch von innen vernarbst - bei deiner entzündungsfördernden Behandlung

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 05 Nov 2017 18:22:16 GMT

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

hallowelt schrieb am Sun, 05 November 2017 09:25Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sat, 04 November 2017 18:40

Meine Kopfhaut wird davon so komisch narbig, was aber reversibel ist.

In den von dir verwendeten Größenordnungen auch kein Wunder. Nachzulesen, dass Konzentrationen >0,25% zytotoxisch sind..

Laut Pulos sollen Öle nichtmal penetrieren können.

Wo hast du die Zahl her? Und welches Öl ist gemeint?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [krimsonite123](#) on Mon, 06 Nov 2017 10:30:44 GMT

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

die zytotoxizität trifft nicht auf öle/fette zu, sondern auf die freien fettsäuren. freie fettsäuren können penetrieren.

statistisch gesehen hast du in jedem öl auch einen gewissen anteil an freier fettsäuren. durch exposition durch licht, hohe temperatur, sauerstoff erhöht sich die zahl der freien FS.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 06 Nov 2017 13:47:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

krimsonite123 schrieb am Mon, 06 November 2017 11:30die zytotoxizität trifft nicht auf öle/fette zu, sondern auf die freien fettsäuren. freie fettsäuren können penetrieren.

statistisch gesehen hast du in jedem öl auch einen gewissen anteil an freier fettsäuren. durch exposition durch licht, hohe temperatur, sauerstoff erhöht sich die zahl der freien FS.

Das ist doch gut, oder? Denn Penetration ist doch sehr wichtig.
Ich selbst verwende Öle nur noch oral.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Nomadd](#) on Fri, 24 Nov 2017 21:10:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

MM87 schrieb am Sat, 04 November 2017 13:29
Gibt es im Einzelhandel bzw. in der Apotheke ein günstiges fertiges Topical bzw Haarwasser, das als Basis gut geeignet ist? Sprich, wo man die "Öle" direkt reinkippen könnte? Kein Bock wieder selbst zu pantschen ^^

Ich bin heute bei Drogerien gewesen und hab mich ein wenig umgesehen....

<http://666kb.com/i/dookb94g5lgtu69rl.jpg>
<https://abload.de/img/swiss-o-pair-haarwasscfodf.jpg>

Ich brauche es nur als Träger für meine Öle. Was meint ihr, welches davon würde sich gut dafür eignen?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 24 Nov 2017 21:19:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

MM87 schrieb am Fri, 24 November 2017 22:10MM87 schrieb am Sat, 04 November 2017 13:29
Gibt es im Einzelhandel bzw. in der Apotheke ein günstiges fertiges Topical bzw Haarwasser, das als Basis gut geeignet ist? Sprich, wo man die "Öle" direkt reinkippen könnte? Kein Bock wieder selbst zu pantschen ^^

Ich bin heute bei Drogerien gewesen und hab mich ein wenig umgesehen....

<http://666kb.com/i/dookb94g5lgtu69rl.jpg>
<https://abload.de/img/swiss-o-pair-haarwasscfodf.jpg>

Ich brauche es nur als Träger für meine Öle. Was meint ihr, welches davon würde sich gut dafür eignen?

Öl als Träger ist sinnlos, da Öle schlecht penetrieren.
Du könntest aber Wodka als Penetrationsmittel verwenden.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Nomadd](#) on Fri, 24 Nov 2017 21:55:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sehe gerade, dass es direkt von ISANA was gibt:
<https://www.rossmann.de/produkte/isana-professional/haaroel-oil-care/4305615346700.html>
<https://www.rossmann.de/produkte/isana/pflegeoel-schwereelos/4305615408453.html>
<https://www.rossmann.de/produkte/isana/haaroel-intensiv-2in1/4305615429403.html>

Auch nicht uninteressant:
<https://www.rossmann.de/produkte/l-oreal-paris-elvital/oel-magique-doppellelixir-express-intensiv-pflege-spray/3600523472628.html>
<https://www.rossmann.de/produkte/garnier-fructis/wunder-oel/3600542020053.html>

Das sollte sich als Grundlage für meine Pläne halbwegs gut eignen. Pilos, deine Meinung?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Alecks](#) on Sat, 25 Nov 2017 05:20:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wenn die Industrie da aufspringt, und es Studien gibt, warum hilft bei (bzw wird nur verkauft für) trockene Kopfhaut, sprödes haar etc?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Nomadd](#) on Sat, 25 Nov 2017 13:19:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 24 November 2017 22:19MM87 schrieb am Fri, 24 November 2017 22:10MM87 schrieb am Sat, 04 November 2017 13:29
Gibt es im Einzelhandel bzw. in der Apotheke ein günstiges fertiges Topical bzw Haarwasser, das als Basis gut geeignet ist? Sprich, wo man die "Öle" direkt reinkippen könnte? Kein Bock wieder selbst zu pantschen ^^

Ich bin heute bei Drogerien gewesen und hab mich ein wenig umgesehen....

<http://666kb.com/i/dookb94g5lgtu69rl.jpg>
<https://abload.de/img/swiss-o-pair-haarwasscfodf.jpg>

Ich brauche es nur als Träger für meine Öle. Was meint ihr, welches davon würde sich gut dafür eignen?

Öl als Träger ist sinnlos, da Öle schlecht penetrieren.
Du könntest aber Wodka als Penetrationsmittel verwenden.

Ja, wobei beide der oben genannten Haarwässer überwiegend aus einer Mischung aus Wasser, Isoprop und Propylenglycol bestehen dürften...

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [pilos](#) on Sat, 25 Nov 2017 13:55:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

MM87 schrieb am Sat, 25 November 2017 15:19Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 24 November 2017 22:19MM87 schrieb am Fri, 24 November 2017 22:10MM87 schrieb am Sat, 04 November 2017 13:29
Gibt es im Einzelhandel bzw. in der Apotheke ein günstiges fertiges Topical bzw Haarwasser, das als Basis gut geeignet ist? Sprich, wo man die "Öle" direkt reinkippen könnte? Kein Bock wieder selbst zu pantschen ^^

Ich bin heute bei Drogerien gewesen und hab mich ein wenig umgesehen....

<http://666kb.com/i/dookb94g5lgtu69rl.jpg>
<https://abload.de/img/swiss-o-pair-haarwasscfodf.jpg>

Ich brauche es nur als Träger für meine Öle. Was meint ihr, welches davon würde sich gut dafür eignen?

Öl als Träger ist sinnlos, da Öle schlecht penetrieren.
Du könntest aber Wodka als Penetrationsmittel verwenden.

Ja, wobei beide der oben genannten Haarwässer überwiegend aus einer Mischung aus Wasser, Isoprop und Propylenglycol bestehen dürften...

alles müll

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Nomadd](#) on Sat, 25 Nov 2017 14:00:08 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 25 November 2017 14:55MM87 schrieb am Sat, 25 November 2017 15:19Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 24 November 2017 22:19MM87 schrieb am Fri, 24 November 2017 22:10MM87 schrieb am Sat, 04 November 2017 13:29
Gibt es im Einzelhandel bzw. in der Apotheke ein günstiges fertiges Topical bzw Haarwasser, das als Basis gut geeignet ist? Sprich, wo man die "Öle" direkt reinkippen könnte? Kein Bock wieder selbst zu pantschen ^^

Ich bin heute bei Drogerien gewesen und hab mich ein wenig umgesehen....

<http://666kb.com/i/dookb94g5lgtu69rl.jpg>
<https://abload.de/img/swiss-o-pair-haarwasscfodf.jpg>

Ich brauche es nur als Träger für meine Öle. Was meint ihr, welches davon würde sich gut dafür eignen?

Öl als Träger ist sinnlos, da Öle schlecht penetrieren.
Du könntest aber Wodka als Penetrationsmittel verwenden.

Ja, wobei beide der oben genannten Haarwässer überwiegend aus einer Mischung aus Wasser, Isoprop und Propylenglycol bestehen dürften...

alles müll

wie das?

Und was würdest Du als Träger empfehlen, wenn man nicht gerade selbst mischen möchte?
Muss doch in der Drogerie irgendwas günstiges geben, was sich als Träger eignet?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [pilos](#) on Sat, 25 Nov 2017 14:10:34 GMT

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

diese ganzen öle funzen doch gar nicht

ich dachte das thema hatten wir schon längst durch

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nomadd](#) on Sat, 25 Nov 2017 14:13:37 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 25 November 2017 15:10

diese ganzen öle funzen doch gar nicht

ich dachte das thema hatten wir schon längst durch

Ja, das mag sein. Letzten Endes will ich das aber machen, weil ich recht trockenes und sprödes Haar habe ;=) Ob es dann auch noch gegen AGA hilft, ist zweitrangig ^^

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by pilos on Sat, 25 Nov 2017 14:20:52 GMT

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

MM87 schrieb am Fri, 24 November 2017 23:55Sehe gerade, dass es direkt von ISANA was gibt:

<https://www.rossmann.de/produkte/isana-professional/haaroel-oil-care/4305615346700.html>

<https://www.rossmann.de/produkte/isana/pflegeoel-schwerelos/4305615408453.html>

<https://www.rossmann.de/produkte/isana/haaroel-intensiv-2in1/4305615429403.html>

Auch nicht uninteressant:

<https://www.rossmann.de/produkte/l-oreal-paris-elvital/oel-magique-doppelelixier-express-intensiv-pflege-spray/3600523472628.html>

<https://www.rossmann.de/produkte/garnier-fructis/wunder-oel/3600542020053.html>

Das sollte sich als Grundlage für meine Pläne halbwegs gut eignen. Pilos, deine Meinung?

das meiste ist silikonöl

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by Nomadd on Sat, 25 Nov 2017 14:51:38 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 25 November 2017 15:20MM87 schrieb am Fri, 24 November 2017

23:55Sehe gerade, dass es direkt von ISANA was gibt:

<https://www.rossmann.de/produkte/isana-professional/haaroel-oil-care/4305615346700.html>

<https://www.rossmann.de/produkte/isana/pflegeoel-schwerelos/4305615408453.html>

<https://www.rossmann.de/produkte/isana/haaroel-intensiv-2in1/4305615429403.html>

Auch nicht uninteressant:

<https://www.rossmann.de/produkte/l-oreal-paris-elvital/oel-magique-doppelelixier-express-intensiv-pflege-spray/3600523472628.html>

<https://www.rossmann.de/produkte/garnier-fructis/wunder-oel/3600542020053.html>

Das sollte sich als Grundlage für meine Pläne halbwegs gut eignen. Pilos, deine Meinung?

das meiste ist silikonöl
okay

Nehmen wir mal an ich kaufe mir das hier: <http://666kb.com/i/dookb94g5lgtu69rl.jpg>

Würden sich die im Thread genannten "Öle" darin lösen? (Rosmarinöl, Pfefferminzöl, Thymianöl etc.)

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Rezeptleser](#) on Sat, 25 Nov 2017 15:17:48 GMT

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

MM87 schrieb am Sat, 25 November 2017 15:51 pilos schrieb am Sat, 25 November 2017 15:20
MM87 schrieb am Fri, 24 November 2017 23:55 Sehe gerade, dass es direkt von ISANA was gibt:

<https://www.rossmann.de/produkte/isana-professional/haaroel-oil-care/4305615346700.html>

<https://www.rossmann.de/produkte/isana/pflegeoel-schwerelos/4305615408453.html>

<https://www.rossmann.de/produkte/isana/haaroel-intensiv-2in1/4305615429403.html>

Auch nicht uninteressant:

<https://www.rossmann.de/produkte/l-oreal-paris-elvital/oel-magique-doppelexier-express-intensiv-pflege-spray/3600523472628.html>

<https://www.rossmann.de/produkte/garnier-fructis/wunder-oel/3600542020053.html>

Das sollte sich als Grundlage für meine Pläne halbwegs gut eignen. Pilos, deine Meinung?

das meiste ist silikonöl
okay

Nehmen wir mal an ich kaufe mir das hier: <http://666kb.com/i/dookb94g5lgtu69rl.jpg>

Würden sich die im Thread genannten "Öle" darin lösen? (Rosmarinöl, Pfefferminzöl, Thymianöl etc.)

Solange genug Alc drin ist, sollte das doch kein Problem sein. PÖ hat wohlmöglich negativen Einfluss auf PGE2 und Thymian hat Cox2 Hemmer, würde persönlich von beidem Absehen vor allem da bisher keiner wirklichen Erfolg damit zu verbuchen hatte. Würde eher mal Spearmint Extract als Tinktur topisch testen, das hat nämlich einen hohen Teil an

Rosmarinsäure welche PGE2 fördern soll.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [pilos](#) on Sat, 25 Nov 2017 16:17:50 GMT

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

MM87 schrieb am Sat, 25 November 2017 16:51

Nehmen wir mal an ich kaufe mir das hier: <http://666kb.com/i/dookb94g5lgtu69rl.jpg>

Würden sich die im Thread genannten "Öle" darin lösen? (Rosmarinöl, Pfefferminzöl, Thymianöl etc.)

kommt auf die konzentration an

an sich...kaum

zu viel wasser drin und zu wenig vom anderen kram

das zeug ist müll

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nomadd](#) on Sat, 25 Nov 2017 20:12:26 GMT

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

Verstehe. Also brauche ich etwas, worin genug Alkohol und Propylenglykol drin ist. Kennt ihr was gutes aus dem Discounter?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Nomadd](#) on Sun, 26 Nov 2017 01:07:56 GMT

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

Ich schätze mal, letzten Endes werden sich die Seborin Haarwässer am besten eignen. Beide sind ENTZÜNDBAR, somit dürfte da wohl genug Alkohol drin sein.

EDIT: Jetzt brauche ich nur noch eine gute Einkaufsquelle für "ätherische" Öle. Kennt ihr einen brauchbaren Shop?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [pilos](#) on Sun, 26 Nov 2017 07:12:23 GMT

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

MM87 schrieb am Sun, 26 November 2017 03:07Ich schätze mal, letzten Endes werden sich die Seborin Haarwässer am besten eignen. Beide sind ENTZÜNDBAR, somit dürfte da wohl genug Alkohol drin sein.

kokolores

wenn die erst zutat wasser ist...kannst es schon mal knicken

Zitat:EDIT: Jetzt brauche ich nur noch eine gute Einkaufsquelle für "ätherische" Öle. Kennt ihr einen brauchbaren Shop?

vergiß das zeug

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [Alecks](#) on Sun, 26 Nov 2017 07:44:58 GMT

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

wenns um die trockene kopfhaut geht - nachtkerzenöl (hilft bei allen Hautstellen). Mit DMSO und Seborin fühlen sich meine haare griffiger u gesünder an.
Mehr als einen wohlfühleffekt kannst du aber nicht erwarten.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?

Posted by [hallowelt](#) on Sun, 26 Nov 2017 08:02:33 GMT

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

MM87 schrieb am Sat, 25 November 2017 21:12Verstehe. Also brauche ich etwas, worin genug Alkohol und Propylenglykol drin ist. Kennt ihr was gutes aus dem Discounter?

Ich schlage das vor:

https://de.wikipedia.org/wiki/Klosterfrau_Melissengeist#Klosterfrau_Melissengeist

Da sind bereits ein paar gute Sachen drin. Allerdings in dieser Kombi und Konz. Wirkung unbekannt.

Weiters kannst du zufügen: Atlaszeder, Salbei, Eukalyptus.

Salbei seit Urzeiten gegen Haarausfall. Aber: enthält giftiges Thujol!

Ätherische Öle von Primavera sind (m.E.) gut.

Und wenn du schon experimentierwütig bist, probier das:

dragonspice.de/naturkosmetik-htmlRohstoffe/CO2-Extrakte/Schizandra-Extrakt.html

Und:

dragonspice.de/naturkosmetik-htmlRohstoffe/CO2-Extrakte/Hirsesamenoel-CO2-Extrakt.html

Pentylenglycol als Alternative zu Propylenglycol finde ich interessant aber wie es sich auf das Einzugsverhalten auswirkt?

dragonspice.de/schnellbestellung4/Pentylene-Glycol.html

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Nomadd](#) on Sun, 26 Nov 2017 18:20:16 GMT

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

Alecks schrieb am Sun, 26 November 2017 08:44wenns um die trockene kopfhaut geht - nachtkerzenöl (hilft bei allen Hautstellen). Mit DMSO und Seborin fühlen sich meine haare griffiger u gesünder an.

Mehr als einen wohlfühleffekt kannst du aber nicht erwarten.

Danke

Ja, geht hauptsächlich um die trockene Kopfhaut. Von meinem KET-PO-Selendisulfid-Clotrimazole-Regimen wird die Kopfhaut leider sehr trocken. Auch das Haar trocknet aus und wirkt dadurch sehr brüchig und "gekräuselt".

hallowelt schrieb am Sun, 26 November 2017 09:02MM87 schrieb am Sat, 25 November 2017 21:12Verstehe. Also brauche ich etwas, worin genug Alkohol und Propylenglykol drin ist. Kennt ihr was gutes aus dem Discounter?

Ich schlage das vor:

https://de.wikipedia.org/wiki/Klosterfrau_Melissengeist#Klosterfrau_Melissengeist

Da sind bereits ein paar gute Sachen drin. Allerdings in dieser Kombi und Konz. Wirkung unbekannt.

Weiters kannst du zufügen: Atlaszeder, Salbei, Eukalyptus.

Salbei seit Urzeiten gegen Haarausfall. Aber: enthält giftiges Thujol!

Ätherische Öle von Primavera sind (m.E.) gut.

Und wenn du schon experimentierwütig bist, probier das:

dragonspice.de/naturkosmetik-htmlRohstoffe/CO2-Extrakte/Schizandra-Extrakt.html

Und:

dragonspice.de/naturkosmetik-htmlRohstoffe/CO2-Extrakte/Hirsesamenoel-CO2-Extrakt.html

Pentylenglycol als Alternative zu Propylenglycol finde ich interessant aber wie es sich auf das Einzugsverhalten auswirkt?

dragonspice.de/schnellbestellung4/Pentylene-Glycol.html

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Capo](#) on Mon, 27 Nov 2017 10:45:40 GMT

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

Habe mir jetzt Nachtkerzenöl und Fischölkapseln bestellt.
Davon werde ich mir jeden Tag jeweils eine nehmen.
Hoffe auf eine unterstützende Wirkung, selbst wenn es gar nichts im Bezug auf HA wirkt, ist es dennoch gesund..

Habe auch Topisch überlegt mit Rizinus oder Thymian, aber wüsste nicht wann ich es mir noch auf die Kopfhaut schmieren könnte...
Kommt ja nur Abends in Frage aber da nehme ich entweder Minox+Ru oder MDV 2 mal die Woche.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [hyaluronsaureza](#) on Tue, 29 Jan 2019 10:35:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

und kokosöl? ist es gut?

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [Pandemonium](#) on Tue, 29 Jan 2019 11:38:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alles Tropfen auf den heißen Stein.

Subject: Aw: Welche "Öle" und "Fette" sind denn nun am effektivsten?
Posted by [pilos](#) on Tue, 29 Jan 2019 13:44:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hyaluronsaureza schrieb am Tue, 29 January 2019 12:35 und kokosöl? ist es gut?
für was gut?