

---

Subject: Pfefferminze / Mentha Piperita topisch  
Posted by [knuspermüsli](#) on Thu, 11 Jan 2018 21:09:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Leute,

ich hab vor kurzem diese Studie gelesen

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4289931/>

wurde glaube ich auch hier schon mal gepostet.

In der Studie wurde 3% Pfefferminzöl (mentha piperita) gegen 3% Minoxidil sowie ein paar anderen Ölen verglichen. Leider natürlich nur bei Mäusen. Der Erfolg war aber vielversprechend ... doch lest selbst.

Deshalb dachte ich mir, warum nicht, da ich vor kurzem Minoxidil aufgrund von nachlassender Wirkung abgesetzt habe.

Da aus der Studie nicht genau ersichtlich ist, mit was das Öl gemischt und wie es aufgetragen wird, habe ich mir die einfachste Lösung gemischt:

50 ml destilliertes Wasser  
1,5 ml pures Mentha Piperita Öl  
= Ergibt rund eine rund 3%ige Lösung

Natürlich löst sich das Öl nur minimal im Wasser, jedoch kann durch 30 sekündiges Schütteln eine relativ gleichmäßige Verteilung erreicht werden (der Inhalt der Flasche färbt sich milchig weiß). Die Lösung habe ich in eine Sprühflasche aus Glas gefüllt, und sprühe sie morgens und abends großflächig auf die Kopfhaut auf. Wird die Flasche ein paar Stunden stehen gelassen, setzt sich das Öl wieder auf der Wasseroberfläche ab.

Das Öl scheint relativ schnell von alleine in die Kopfhaut einzuziehen, während das Wasser einfach verdunstet. Man verspürt dann nach 1-2 Minuten ein kaltes aber angenehmes Gefühl das ca. 10 Minuten andauert.

Was ich bis jetzt nach etwa einer Woche gemerkt habe:

Die Kopfhaut und die Haare fühlen sich weicher an und ich habe gefühlt weniger Schuppen. Das Menthol im Öl wirkt wohl stark desinfizierend und regt die Durchblutung an. Die restlichen Bestandteile scheinen die Kopfhaut etwas mit Feuchtigkeit zu versorgen. Ich habe sonst extrem trockene Haut.

Bevor jetzt Leute auf die Idee kommen, sich das Zeug unverdünnt auf die Rübe zu schmieren:

Lasst es! Ich habe beim Öffnen der Flasche einen kleinen Spritzer auf meinen Arm bekommen und 60 Minuten lang enormes Brennen ... ja fast schon Schmerzen verspürt. Außerdem haben einige User in anderen Foren berichtet, dass es unverdünnt nahezu

epilatorisch wirkt.

Außerdem erzeugen schon wenige Gramm von Menthol gefährliche Herzrhythmusstörungen ... wer weiß wieviel davon in den Blutkreislauf gelangt.

Ich habe mir auch vorgenommen in gleichmäßigen Abständen Bilder von der Kopfhaut zu machen. Mal sehen ob ich das durchhalte.

Was haltet ihr davon?

---

---

Subject: Aw: Pfefferminze / Mentha Piperita topisch  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 01 Mar 2018 23:40:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Misch es lieber in Wodka.  
Oder noch besser in ein Öl, was auch den Haarwuchs fördert. Z.B. Borretschöl + Fischöl.  
Oder Schweineschmalz.  
Oder Rizinusöl.

---

---

Subject: Aw: Pfefferminze / Mentha Piperita topisch  
Posted by [arjanna](#) on Thu, 31 May 2018 21:29:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

knuspermüsli schrieb am Thu, 11 January 2018 22:09

50 ml destilliertes Wasser  
1,5 ml pures Mentha Piperita Öl  
= Ergibt rund eine rund 3%ige Lösung

...  
Außerdem erzeugen schon wenige Gramm von Menthol gefährliche Herzrhythmusstörungen  
...

Ich hab so eine Lösung einige Wochen lang benutzt, allerdings mit 8-10% Pfefferminzöl ("viel hilft viel").  
Und bekam prompt Herzrhythmusstörungen, Herzstechen, Herzrasen. Allerdings hab ich das wochenlang nicht mit dem Pfefferminzöl in Verbindung gebracht. Ich war schon fast so weit, mal zum Arzt zu gehen, als ich das mit den Nebenwirkungen Herzrhythmusstörungen las. Das Ganze abgesetzt und weg waren die Probleme.  
Also wirklich nur eine 3%-Lösung verwenden.

---

---

Subject: Aw: Pfefferminze / Mentha Piperita topisch

---

Posted by [Nemesis](#) on Mon, 04 Jun 2018 20:51:58 GMT

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

---

Kannst ja mal berichten, ob es was gebracht hat.

---

Subject: Aw: Pfefferminze / Mentha Piperita topisch

Posted by [knuspermüsli](#) on Mon, 18 Jun 2018 17:04:10 GMT

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

---

Muss euch leider dahin gehend enttäuschen, dass ich es nicht konsequent durchgezogen habe.

Da ich allerdings wieder häufiger entzündete Pickel auf der Kopfhaut habe, hab ich mich entschieden es wieder jeden Abend auf die Kopfhaut zu sprühen.

Mir ist direkt bei der ersten Anwendung wieder aufgefallen, dass es an den Stellen mit HA weniger stark brennt/kühlt als an anderen Stellen (z.B. Hinterkopf, Stirn).

Selbst wenn es nichts für die Haare bringen sollte, ist es trotzdem sehr angenehm am Abend und hat wohl eine schwach desinfizierende Wirkung.

---

Subject: Aw: Pfefferminze / Mentha Piperita topisch

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 18 Jun 2018 21:36:14 GMT

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

---

Warum gibt es hier eigentlich immer noch so viele, die Minox kaufen und schmieren? Pfefferminzöl und Arachidonsäure haben in Studien deutlich besser abgeschnitten als Minox. Rosmarin war genauso effektiv wie Minox.

Nur mit dem Unterschied, dass das eine 60 Euro kostet und das andere ein paar Groschen.

---

Subject: Aw: Pfefferminze / Mentha Piperita topisch

Posted by [xVannes](#) on Tue, 19 Jun 2018 06:58:47 GMT

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

---

Das eine sind die Studien, am besten noch in-vitro oder an Mäusen, das andere echte menschliche Köpfe.

Und für "ein paar Groschen" bekommt man auch ein Fläschchen Minoxidil, wenn man möchte. 65€ pro Jahr machen niemanden arm.

---

Subject: Aw: Pfefferminze / Mentha Piperita topisch

Posted by [chrisan](#) on Tue, 19 Jun 2018 09:46:08 GMT

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

---

...