

---

Subject: Dünne Haare!!!

Posted by [Herbert](#) on Thu, 06 Jul 2006 20:30:34 GMT

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

---

Ich(16) habe relativ dünne Haare(+AGA) und würde sie gern dicker werden lassen. Ich nehme tgl. 15mg zink was die haare angeblich dünner macht.  
Wäre es sinnvoll eisen oder kupfer was die haare angeblich dicker macht einzunehmen?  
Capris was ich seit einiger zeit auftrage hat an den Haaren+Haarstatus nichts verändert.

thx für antworten

---

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!

Posted by [yellow](#) on Thu, 06 Jul 2006 20:44:48 GMT

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

---

minoxidil macht haare dicker.

---

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!

Posted by [Garfield](#) on Thu, 06 Jul 2006 21:03:22 GMT

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

---

Macht Zink tatsächlich die Haare dünner?Habe immer das Gegenteil gedacht...

---

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!

Posted by [Claudi](#) on Fri, 07 Jul 2006 10:10:09 GMT

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

---

Herbert schrieb am Don, 06 Juli 2006 22:30 Ich nehme tgl. 15mg zink was die haare angeblich dünner macht.

Woher hast du die Information??

---

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!

Posted by [Herbert](#) on Fri, 07 Jul 2006 13:01:58 GMT

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

---

Diese infos habe ich hier aus dem Forum.

---

Einige User berichteten von relativ dünnen Haaren was ihrer meinung nach vom Zink kommt. Ich glaube dass sie jediglich durch das Zink die eisen+kupfer resorbtion negativ beeinträchtigt haben.(Wer Zink einnimmt sollte bestenfalls gleichzeitig eisen+noch wichtiger kupfer einnehmen(oder einfach viel schokolade essen).

Tino meinte dass er als er sich die Haare mm-lang machte und gleichzeitig viel eisen zu sich nahm, die haare viel dicker nachwachsen.

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!  
Posted by [Herbert](#) on Wed, 12 Jul 2006 15:29:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Weiß niemand etwas darüber?

Nimmt überhaupt jemand Kupfer oder Eisen und hat damit Erfolg(dicke des Haares oder Ähnlichem)?

THX

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!  
Posted by [Django](#) on Sat, 15 Jul 2006 16:47:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich nehme auch seit einiger Zeit Zink, weil das ja gut für die haarwurzeln sein soll und habe das Gefühl, dass einige Haare die mir ausfallen jetzt dünner sind als vorher.

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!  
Posted by [Raiders-Fan](#) on Sat, 22 Jul 2006 12:43:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dito...

Habe es selber ausprobiert Zink in hohen Dosierungen macht meine Haare dünn und struppig. Sehen aus wie elektrisiert und ich bin nicht der einzigste dem es hier so geht.

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!  
Posted by [Angie65](#) on Sat, 22 Jul 2006 14:20:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hunter schrieb am Sam, 22 Juli 2006 14:43Dito...

Habe es selber ausprobiert Zink in hohen Dosierungen macht meine Haare dünn und struppig. Sehen aus wie elektrisiert und ich bin nicht der einzige dem es hier so geht.

Hast Du denn auch die anderen Nährstoffe im Auge behalten dabei um das Gleichgewicht zu wahren oder hast Du einfach nur Zink genommen ?

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!  
Posted by [Raiders-Fan](#) on Sat, 22 Jul 2006 14:26:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe alles genommen wie immer...nur Zink erhöht.  
Jetzt nehme ich nur 5mg zusätzlich.  
Habe damals auf 20mg erhöht und die Haare waren im Arsch.

Bin nicht der einzige User hier der dies bestätigen kann...ausserdem gedrückte Stimmung

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!  
Posted by [Angie65](#) on Sat, 22 Jul 2006 14:47:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hm.....also, der Körper benötigt schon ausreichend Zink, aber man soll es ja eigentlich auch nur kurmäßig nehmen. Um eben das Gleichgewicht aller Spurenelemente zu gewährleisten. Zuviel ist wohl von allem nicht günstig. Mag sein, dass es einfach zu viel war und gleichzeitig Eisen etc zu niedrig waren.

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!  
Posted by [Claudi](#) on Sat, 22 Jul 2006 16:09:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mein Zinkwert war bei der letzten Untersuchung viel zu hoch und meine Haare sind auch extrem dünn geworden. Der hohe Zinkwert ist bis heute nicht geklärt. Ich nehme nämlich kein Zink ein.

Hat jemand einen Link oder eine Erklärung dazu, warum Zink die Haare dünner macht? Dann könnte ich das mal einem Arzt vorlegen, damit Zink noch mal geprüft wird.

---

Subject: Re: Dünne Haare!!!  
Posted by [Trelig](#) on Wed, 07 Nov 2007 08:55:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Stimmt das dünne Haare durch Zink...nee,oder??

---