
Subject: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Forschi](#) on Sat, 21 Apr 2018 13:09:42 GMT

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

Positiv wie negativ.

Gibt es da eine übersichtliche Zusammenfassung?

Wenn nicht könnten wir ja hier eine Aufzählung starten?

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [pilos](#) on Sat, 21 Apr 2018 13:36:23 GMT

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

viel kaffeersatzleserei

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Forschi](#) on Sat, 21 Apr 2018 13:40:42 GMT

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

Es gibt doch mit Sicherheit genug belegte Gründe/Ursachen?

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 22 Apr 2018 01:06:45 GMT

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

Für Prostaglandine bin ich der Experte.

Schließlich beschäftige ich mich seit über 3 Jahren damit. Und kenne so gut wie alle Studien über Prostaglandine.

Also was willst du wissen?

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Wasistdas](#) on Sun, 22 Apr 2018 10:10:03 GMT

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

Hemmt Cortisol PGE2 und PGF2a ? Diese sind ja für den Haarwuchs zuständig

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?
Posted by [Forschi](#) on Sun, 22 Apr 2018 10:36:23 GMT

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

Naja alles was es beeinflusst.
Die wichtigsten Punkte.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?
Posted by [chess](#) on Sun, 22 Apr 2018 11:41:22 GMT

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

in welchen offiziellem Medis
gibt es denn dieses
Prostaglandine ?

illegaler import von
pulvern möchte ich
nicht...

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?
Posted by [Pandemonium](#) on Sun, 22 Apr 2018 11:46:02 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 22 April 2018 03:06Für Prostaglandine bin ich der
Experte.
Schließlich beschäftige ich mich seit über 3 Jahren damit. Und kenne so gut wie alle Studien
über Prostaglandine.
Also was willst du wissen?
Nur hat es kein einziges neues Haar gebracht.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 22 Apr 2018 13:29:09 GMT

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

Pandemonium schrieb am Sun, 22 April 2018 13:46Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 22
April 2018 03:06Für Prostaglandine bin ich der Experte.
Schließlich beschäftige ich mich seit über 3 Jahren damit. Und kenne so gut wie alle Studien
über Prostaglandine.

Also was willst du wissen?

Nur hat es kein einziges neues Haar gebracht.

Das ist so nicht richtig. Ich teste erst seit 1-2 Wochen die Fettsäuren richtig hoch dosiert. 100 ml Borretschöl + Fischöl am Tag.

Und ich sehe tatsächlich etwas Flaum in meiner Tonsur. Kosmetisch zwar völlig irrelevant, aber der war vorher definitiv nicht da.

Kann natürlich auch an den Massagen oder am CD gelegen haben.

Aber zu den Prostaglandinen gibt es massenweise Studien und auch ein Patent, nachdem durch Borretschöl + Fischöl die Haare wieder wuchsen. Bei Swiss hat es ja auch geholfen.

Außerdem bin ich eh kein zäher Fall. Bei mir hat auch Fin, Dut oder Minox nicht geholfen.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 22 Apr 2018 13:38:25 GMT

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

chess schrieb am Sun, 22 April 2018 13:41 in welchen offiziellem Medis gibt es denn dieses Prostaglandine ?

illegaler import von pulvern möchte ich nicht...

Die stellt der Körper selbst her mittels Omega 3- und Omega 6-Fettsäuren.

Aber sehr viele Menschen haben einen Enzymmagel und können daher die Fettsäuren nicht weiter zu Prostaglandinen verstoffwechseln. DAS ist das Problem!

Deswegen braucht man auf der Omega 3-Seite Fischöl, weil dort EPA und DHA fertig vorhanden sind.

In pflanzlichen Ölen wie Leinöl nicht. Dort müssen diese erst enzymatisch umgewandelt werden und wenn es einen Enzymmangel gibt, dann gibts eben auch keine Prostaglandine.

Auf der Omega 6-Seite ist es die Gamma-Linolensäure (GLA). Auch diese benötigt nur noch das Elongase-Enzym, von dem jedoch keine Mängel bekannt sind.

Wenn also GLA vorhanden ist, dann entstehen daraus die Prostaglandine der Serie 1.

Durch EPA die Prostaglandine der Serie 3.

Und wenn beides zusammen genommen wird, dann DOPPELT so viel Prostaglandin E1 und E3!

Diese Kombi ist also ein wahrer Prostaglandin-BOOSTER.

Es gibt nur 3 Öle, wo GLA vorkommt. 5% im Hanföl, 10% im Nachtkerzenöl und 20% im Borretschöl.

Deswegen ist die Kombi Borretschöl + Fischöl so kraftvoll.

Damit aus der GLA und EPA aber auch tatsächlich Prostaglandine gebildet werden, braucht es noch einen zusätzlichen Impuls. Denn die besagten Fettsäuren liefern lediglich das Baumaterial. Für den Impuls eignet sich das Flush-Niacin. Denn das bewirkt, dass aus der GLA/EPA und auch aus der Arachidonsäure die Prostaglandine werden. Deswegen ja auch der Flush, denn der ist ein sicheres Zeichen für eine Prostaglandin-Bildung.

Vorsicht vor COX-Hemmern wie Aspirin, denn diese hemmen die Prostaglandinbildung. Der Flush bleibt dann auch aus.

Niacin wirkt auch antifibrotisch, laut einer Studie.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 22 Apr 2018 13:49:11 GMT

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

Wasistdas schrieb am Sun, 22 April 2018 12:10 Hemmt Cortisol PGE2 und PGF2a ? Diese sind ja für den Haarwuchs zuständig
sehr wahrscheinlich ja.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2740527>

Aber wenn es den Haarwuchs hemmt, dann nicht nur lokal auf dem Oberkopf, sondern überall im Körper.

Was die Fettsäuren ja noch bewirken ist eine DHT-Hemmung.

Das bewirkt, dass die Kopfhaare wieder wachsen und die Körperhaare weniger werden.

Die Wirkung der Omega-Fettsäuren basiert also nicht NUR auf dem Prostaglandin-Weg, sondern auch auf dem Weg der DHT-Hemmung.

Durch den Konsum der Omega-Fettsäuren sinkt sehr stark die Libido, was ja auch auf DHT-Hemmung hinweist.

Fin oder Dut sind dagegen Peanuts.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [xWannes](#) on Sun, 22 Apr 2018 18:04:00 GMT

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

chess schrieb am Sun, 22 April 2018 13:41 in welchen offiziellem Medis gibt es denn dieses

Prostaglandine ?

<http://www.pharmawiki.ch/wiki/index.php?wiki=Prostaglandin-Analoga>

Rizinusöl hat eine teilanaloge Wirkung in Bezug auf PGE2 über den EP3-Rezeptor.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 22 Apr 2018 18:12:44 GMT

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

xWannes schrieb am Sun, 22 April 2018 20:04 chess schrieb am Sun, 22 April 2018 13:41 in welchen offiziellem Medis

gibt es denn dieses

Prostaglandine ?

<http://www.pharmawiki.ch/wiki/index.php?wiki=Prostaglandin-Analoga>

Rizinusöl hat eine teilanaloge Wirkung in Bezug auf PGE2 über den EP3-Rezeptor.

EP4 auch.

Letztlich sind Prostaglandine nichts anderes als Fettsäuren. Wenn also ein kleines Kügelchen behauptet, es sei ein Prostaglandin-Analoga, dann wird es eher die Arachidonsäure aus den Zellmembranen freisetzen. Mehr nicht.

Die Prostaglandin-Analoga liefern immer nur den Impuls zur Prostaglandin-Bildung, ohne das Baumaterial zur Verfügung zu stellen. Bei Rizinusöl ist das anders, denn die Ricinolsäure ist ja auch eine Fettsäure, die chemisch dem Prostaglandin E1 zum verwechseln ähnlich ist. Aber es werden halt nur 2 der 4 Prostaglandin-Rezeptoren stimuliert.

Deswegen schlage ich vor:

Borretschöl + Fischöl fürs Baumaterial

Flush-Niacin, damit aus dem Baumaterial auch tatsächlich die Prostaglandine D2 und E2 gebildet werden.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [chess](#) on Sun, 22 Apr 2018 22:17:26 GMT

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

rizinusöl klingt ja harmlos.

was gibts da noch mehr/stärker?^^

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Pandemonium](#) on Mon, 23 Apr 2018 05:49:05 GMT

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

chess schrieb am Mon, 23 April 2018 00:17: rizinusöl klingt ja harmlos.

was gibts da noch mehr/stärker?^^

Schluck mal 50 ml davon und wir reden wieder, ob es harmlos ist.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Intoleranz1](#) on Mon, 23 Apr 2018 09:18:46 GMT

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

Hey prostaglandin pro's.

Ich als Falten-Paniker frage mich ob pge2 Erhöhung sich positiv auf Falten Bildung auswirkt?

Wäre Rizinusöl dafür geeignet falls das so ist?

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [pilos](#) on Mon, 23 Apr 2018 09:29:06 GMT

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

bisher war rizinusöl nur gescheitert

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Intoleranz1](#) on Mon, 23 Apr 2018 09:31:34 GMT

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

Also gegen Falten im Gesicht auch Mist?

Ok. Stinkt eh.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 23 Apr 2018 12:07:30 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Mon, 23 April 2018 11:18Hey prostaglandin pro's.

Ich als Falten-Paniker frage mich ob pge2 Erhöhung sich positiv auf Falten Bildung auswirkt?

Wäre Rizinusöl dafür geeignet falls das so ist?

Probier mal Vitamin C topisch. Das soll gut wirken gegen Falten. Gibt auch studien dazu.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Intoleranz1](#) on Mon, 23 Apr 2018 18:20:28 GMT

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

@norwood

Wann hast du eigentlich angefangen mit den Fettsäuren?

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 23 Apr 2018 20:11:51 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Mon, 23 April 2018 20:20@norwood

Wann hast du eigentlich angefangen mit den Fettsäuren?

Borretschöl + Fischöl erst seit ein paar Wochen.

Vorher habe ich nur normale Öle wie Sonnenblumenöl konsumiert, aber die können nicht wirken wenn man einen Enzymmangel hat.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Wasistdas](#) on Tue, 24 Apr 2018 10:19:06 GMT

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

Eine Sache verstehe ich nicht. Warum nimmst du Borretschöl/Nachtkerzenöl(Omega6). Wir haben doch schon viel zu viel Omega6 im Körper im Verhältnis zu Omega3?!

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 24 Apr 2018 12:32:40 GMT

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

Sorry, kapiere ich echt auch nicht.

Omega 6 ist doch selbst in Eiern oder Haferflocken?

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 24 Apr 2018 14:56:35 GMT

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

Wasistdas schrieb am Tue, 24 April 2018 12:19 Eine Sache verstehe ich nicht. Warum nimmst du Borretschöl/Nachtkerzenöl(Omega6). Wir haben doch schon viel zu viel Omega6 im Körper im Verhältnis zu Omega3?!

Das ist ein großer Irrglaube:

https://www.amazon.de/Omega-Irrtum-VOLKSMANGEL-Entz%C3%BCndungsmediator-Prostaglandine/dp/1542931673/ref=sr_1_4?ie=UTF8&qid=1524580608&sr=8-4&

Denk mal nach: Wenn wir mit Omega 6 überversorgt wären, würde doch das Scheineschmalz, Rizinusöl, Prostaglandin E2 / F2a gar nicht wirken. Denn genau diese werden doch durch Omega 6-fettsäuren produziert.

Außerdem haben sehr viele Menschen einen Enzym-Mangel (Diabetiker immer), um die Fettsäuren aus den Ölen weiter zu Prostaglandinen verstoffwechseln zu können.

Dass Leinöl kaum zu EPA und DHA verstoffwechselt werden kann, liest man sehr oft.

Aber mit Omega 6 ist das nichts anderes, denn zur Umwandlung in die Prostaglandine wird genau das selbe Enzym (Delta-6-Desaturase) benötigt.

Deswegen nimmt man ein Öl, wo die Gamma-Linolensäure vorkommt, denn diese bedarf das besagte Enzym nicht mehr.

Sobald GLA vorhanden ist, werden daraus die Prostaglandine der Serie 1 gebildet. In Kombination mit Fischöl übrigens doppelt so viele! Deswegen ist die Kombi Borretschöl + Fischöl so besonders.

Es gibt eine Studie, wie viel Prostaglandin E1 gebildet wird. Dabei kam heraus:

- Sonnenblumenöl: So gut wie gar nichts
- Nachtkerzenöl: deutlich mehr
- Borretschöl: doppelt so viel wie Nachtkerzenöl
- Borretschöl + Fischöl: Doppelt so viel wie Borretschöl alleine.

Mit der Kombi Borretschöl + Fischöl produziert man also maximal mögliches PGE1.

Und dieses PGE1 wirkt stark entzündungshemmend, durchblutungsfördernd, senkt das schädliche PGD2 u.s.w.

Noch dazu hemmen diese Fettsäuren auch DHT. Aber das ist noch nicht alles! Sie regulieren sogar die Rezeptoren.

Es ist ja bekannt, dass auch Prolaktin bei AGA ein Problem ist. Und was macht das PGE1? Es sorgt dafür, dass die Gewebe nicht mehr überempfindlich auf Prolaktin reagieren.

Tiere, insbesondere Katzen haben übrigens auch diesen Enzym-Mangel. Deswegen gibt man Katzen Fettsäuren wie Arachidonsäure und Lachsöl. Davon bekommen die schönes Fell. Für Tiere gibts das billig in Kanistern für extrem wenig Geld.

Und für Menschen gibts das nur kapselweise zum hohen Preis. Als wenn das so gewollt ist, dass wir mit den lebenswichtigen Fettsäuren gar nicht versorgt sein SOLLEN..

Und auch Frauen profitieren davon. Denn jede 2. Frau leidet am prämenstruellem Syndrom. Und das wird erst besser, wenn sie Borretschöl + Fischöl oder zumindest Nachtkerzenöl verwenden.

Wären Frauen ausreichend mit Omega 6 versorgt (wie immer behauptet wird), würde das Nachtkerzenöl doch gar nicht wirken.

Dass Frauen trotzdem keine AGA haben liegt am fehlenden DHT.

Bei Männern steigt das DHT, wenn die fettsäuren fehlen. Bei Frauen nur minimal.

Und eine DHT-Überproduktion sorgt dann für die Verkalkung.

Übrigens hemmen die Fettsäuren auch direkt die Verkalkung. Wenn bei Mäusen eine Verletzung induziert wird, dann reagiert der Körper immer mit dem Einbau von Kalk. Nicht so bei den Mäusen, die ausreichend Omega 3/6 bekamen.

Studien:

Schweineschmalz (enthält 1,7% Arachidonsäure) lässt Haare sprießen:

<http://cltri.gov.in/Pugazhendani/Beneficial%20Effect%20of%20Lard%20in%20Androgenic%20Alopecia.pdf>

(Erste Seite funktioniert nicht!)

Arachidonsäure als möglicher Modulator von Östrogen-, Progesteron-, Androgen- und Glukokortikoidrezeptoren im zentralen und peripheren Gewebe:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2516582>

Nachtkerzenöl + Fischöl (hoch an Omega 3 und 6) lässt Haare sprießen:

<http://www.freepatentsonline.com/EP0309086.html>

Arachidonsäure lässt Haare sprießen:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4737836/>

EPA aus Fischöl hemmt Prostaglandin D2:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/10457118>

Essentielle Fettsäure (EFA) -defiziente Tiere entwickeln eine schwere Osteoporose, gepaart mit einer erhöhten renalen und arteriellen Verkalkung

(AGA ist immer eine Verkalkung!!)

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9624425>

75% weniger Verkalkung durch Nachtkerzenöl + Fischöl:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8533210>

Die Wirkung von verschiedenen n-6 / n-3 essentiellen Fettsäureverhältnissen auf Calcium-Gleichgewicht und Knochen bei Ratten.

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/7675819>

- DHT bewirkt eine Verkalkung von Gewebe und Blutgefäßen um das 3-4-fache:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19176322>

Dickkopf-1 ist ein wesentlicher Auslöser für AGA:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26222765>

Und Dickkopf-1 steht in Zusammenhang mit Verkalkung:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4336498/>

- Prostaglandin D2 steht im Zusammenhang mit Verkalkung

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2930558>

Jetzt wissen wir, warum Fin und Dut wirken.

Sie hemmen die Verkalkung. Aber offensichtlich reicht das nicht. Warum also nicht noch viel mehr tun, um die Verkalkung zu lösen?

Die stärksten DHT-Hemmer:

Platz 1: Gamma-Linolensäure (Omega 6)

Platz 2: Docosahexaensäure (Omega 3)

Platz 3: Arachidonsäure (Omega 6)

Platz 4: Alpha-Linolensäure (Omega 3)

Platz 5: Linolsäure (Omega 6)

Platz 6: Palmitoleinsäure (einfach ungesättigt)

Platz 7: Ölsäure (einfach ungesättigt)

Platz 8: Myristoleinsäure (einfach ungesättigt)

Studie:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC1132824/>

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?
Posted by [Wasistdas](#) on Tue, 24 Apr 2018 15:52:27 GMT

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

Danke erstmal für die ausführliche Info. Ich nehme seit knapp 5 Jahren Omega 3 Kapseln ein. Werde zusätzlich die „Omega6“ Öle bzw Nachtkerzenöl von Dr.Peter Hartig einnehmen, mal schauen ob meine Haare weiter stabil bleiben. Hab bisher seit Jahren stabile „kleinere Geheimratsecken“. 'Nehme seit Jahren nur Omega3 und Haarkapseln ein.(Ich weiß, bringt eig kaum was, ist nur für die Psyche)

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 24 Apr 2018 16:04:18 GMT

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

Wasistdas schrieb am Tue, 24 April 2018 17:52 Danke erstmal für die ausführliche Info. Ich nehme seit knapp 5 Jahren Omega 3 Kapseln ein. Werde zusätzlich die „Omega6“ Öle bzw Nachtkerzenöl von Dr.Peter Hartig einnehmen, mal schauen ob meine Haare weiter stabil bleiben. Hab bisher seit Jahren stabile „kleinere Geheimratsecken“. 'Nehme seit Jahren nur Omega3 und Haarkapseln ein.(Ich weiß, bringt eig kaum was, ist nur für die Psyche)

Nimm lieber Borretschöl. Das hat 20% GLA, Nachtkerze nur 10%.
Und am besten nicht in Kapseln, weil die sind doch viel zu teuer.
Kauf dir lieber beim Hinterauer einen Liter Borretschöl für 50 Euro und einen Liter Lachsöl für 30 Euro.
Das gibts nirgendwo günstiger.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?
Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 24 Apr 2018 20:16:48 GMT

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

Das wäre ja aber nur der Fall wenn diese Enzyme fehlen?

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 24 Apr 2018 21:25:30 GMT

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

Intoleranz1 schrieb am Tue, 24 April 2018 22:16 Das wäre ja aber nur der Fall wenn diese Enzyme fehlen?

- 1.) kannst du davon ausgehen, dass sie fehlen und
- 2.) selbst wenn nicht: Die Aufnahme von Omega 6-Fettsäuren ist extrem gering. Wer schluckt denn schon 50 g Sonnenblumenöl am Tag? Ich kenne keinen.
Außerdem sind heutzutage fast alle Sonnenblumenöle gezüchtet, sodass sie kaum noch Linolsäure beinhalten. Selbst Distelöl ist gezüchtet und hat statt der natürlich

vorkommenden 75% Linolsäure meist nur noch 5%.
Wie soll man da an sein Omega 6 kommen? Völlig unmöglich.
Deswegen Borretschöl + Fischöl.

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Alecks](#) on Wed, 25 Apr 2018 04:18:16 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Mon, 23 April 2018 22:11Intoleranz1 schrieb am Mon, 23 April 2018 20:20@norwood

Wann hast du eigentlich angefangen mit den Fettsäuren?

Borretschöl + Fischöl erst seit ein paar Wochen.

Vorher habe ich nur normale Öle wie Sonnenblumenöl konsumiert, aber die können nicht wirken wenn man einen Enzymmangel hat.

Lügner, da war Nachtkerzenöl, Fischöl, Borretschöl etc dabei. Das Thema hatten wir schon vor Monaten. Sogar mit DMSO hast du genommen

Subject: Aw: Eine Liste die aufzählt was alles Prostaglandine beeinflusst?

Posted by [Intoleranz1](#) on Wed, 25 Apr 2018 09:06:30 GMT

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

Wasistdas schrieb am Tue, 24 April 2018 17:52Danke erstmal für die ausführliche Info. Ich nehme seit knapp 5Jahren Omega 3 Kapseln ein. Werde zusätzlich die „Omega6“ Öle bzw Nachtkerzenöl von Dr.Peter Hartig einnehmen, mal schauen ob meine Haare weiter stabil bleiben. Hab bisher seit Jahren stabile „kleinere Geheimratsecken“. 'Nehme seit Jahren nur Omega3 und Haarkapseln ein.(Ich weiß, bringt eig kaum was, ist nur für die Psyche)

Hast du durch Omega 3 irgendeine Veränderung gemerkt?
