

---

Subject: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [Bardamu](#) on Sat, 13 Jul 2019 08:49:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bin gerade auf diesen Zeit-Artikel gestossen, der von einem möglichen "Durchbruch" im Bereich der Verjüngung bzw. Verlängerung der Lebenszeit berichtet. Alles sehr vage aber durchaus interessant. Im Kern geht es um einen Cocktail aus hGH, DEHA und Metformin.

Es wird auch davon berichtet, dass "Eine Versuchsperson, die bereits ergraut war, bestätigte ZEIT ONLINE, dass ihr dunkle Haare nachgewachsen seien."

<https://www.zeit.de/wissen/gesundheit/2019-07/verjuengung-biologie-trim-studie-gregory-fahy>

Was haltet ihr davon?

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [andal](#) on Sat, 13 Jul 2019 09:00:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ja HGH erhöht blutzucker, damit insulin, wird ja geschrieben.  
daher metformin mit drin...

niedriger insulinspiegel + konstanter blutzucker gehört eh zum anti ageing management....

wirkung von HGH ist eh bekannt, muss aber pulsartig gegeben werden, ist sau teuer, und man kann es nicht einfach so absetzen....

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [pilos](#) on Sat, 13 Jul 2019 09:45:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ist trotzdem mit vorsicht zu genießen ;)

vor allem die unterschwellige aussage...tut man es 10 jahre wird man 30 jahre jünger, was biologisch blödsinn ist.

auch ist das metformin nicht nur wegen den nebenwirkungen dabei...zumal metformin oral auch die hölle heißen kann :p

sondern metformin selber wird eine anti-aging wirkung zugeschrieben wlrld

<https://www.pharmazeutische-zeitung.de/ausgabe-072018/auf-dem-weg-zum-jungbrunnen/>

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [Haar2O](#) on Sat, 13 Jul 2019 12:31:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hmm....also hgh als Anti Ageing ist in den USA längst ein alter Hut.  
Und bei Anti Ageing Dosierungen von 2-4 iU täglich sollte doch eigentlich noch gar kein  
Metformin nötig sein :frage:

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [cyclonus](#) on Sat, 13 Jul 2019 14:18:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Die besten Anti-Aging Massnahmen mit wirklicher Wirkung und ohne Nebenwirkungen sind immer  
noch Sport und eine vernünftige Ernährung, am besten auch mit intermittierendem Fasten. Will  
nur keiner hören weil es aufwendig ist :lol:

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [chess](#) on Sat, 13 Jul 2019 14:22:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@pilos: was ist jetzt der beste  
mix für ewige jugend?^^

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [chess](#) on Sat, 13 Jul 2019 14:36:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

und wofür steht  
hGH?^^

Metformin ist  
ja mega billig.

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [pilos](#) on Sat, 13 Jul 2019 14:46:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

chess schrieb am Sat, 13 July 2019 17:22 @pilos: was ist jetzt der beste  
mix für ewige jugend?^^

das leben rechtzeitig geniessen :p

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [andal](#) on Sat, 13 Jul 2019 18:04:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

cyclonus schrieb am Sat, 13 July 2019 16:18 Die besten Anti-Aging Massnahmen mit wirklicher Wirkung und ohne Nebenwirkungen sind immer noch Sport und eine vernünftige Ernährung, am besten auch mit intermittierendem Fasten. Will nur keiner hören weil es aufwendig ist :lol: doch ich :d

mach das jetzt schon Jahre :thumbup:

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [chess](#) on Sun, 21 Jul 2019 14:21:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

also für alle die es ausprobieren wollen:

DHEA gibt es mega billig bei biovea  
Metformin mega billig in der aptotheke (rezeptpflichtig)  
hGH (vermute gemeint ist Somatropin) konnt  
ich leider nicht via PZN finden. hat jemand einen tipp?

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [pilos](#) on Sun, 21 Jul 2019 14:29:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

drehst du jetzt völlig durch ;)

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [chess](#) on Sun, 21 Jul 2019 14:31:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Sun, 21 July 2019 16:29

drehst du jetzt völlig durch ;)  
das Thema ist schon spannend, insbesondere da es auch gut gegen graue Haare sein soll ;)

ich persönlich würde es noch nicht ausprobieren, da aktuell schon recht großes Regimen gegen die

"normale" AGA läuft, da hab ich keine Nerven mehr für das anti aging zeugs. aber für später mal wäre spannend, bzw falls schon jetzt leute es mal testen wollen?

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 28 Jul 2019 16:26:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Sat, 13 July 2019 11:45  
zumal metformin oral auch die hölle heißen kann

meinst du das wegen den magendarm-nebenwirkungen?  
ich hab da eher angst vor einer laktat-azidose

würds aber dennoch gern ausprobieren,  
glaubt ihr es gibt ärzte die das off-label für antiaging verschreiben? Hab nach Jahren diese Internetbestellungen von Tabletten satt

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [yoda](#) on Sun, 28 Jul 2019 18:19:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Haar-in-der-Suppe schrieb am Sun, 28 July 2019 18:26pilos schrieb am Sat, 13 July 2019 11:45  
zumal metformin oral auch die hölle heißen kann

meinst du das wegen den magendarm-nebenwirkungen?  
ich hab da eher angst vor einer laktat-azidose

würds aber dennoch gern ausprobieren,  
glaubt ihr es gibt ärzte die das off-label für antiaging verschreiben? Hab nach Jahren diese Internetbestellungen von Tabletten satt  
Metformin ist echt übertrieben bei Gesunden! Eine Kur mit Alpha Lipon R und Inositol hat die selbe Wirkung aber ohne Nw!

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [yoda](#) on Sun, 28 Jul 2019 18:37:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DHEA ist ein zweiseitiges Schwert! Ist Testo zu niedrig triggert es DHT und ist Testo zu hoch dann Estrogene. Zu beachten sind dabei auch die Peaks der Steroide, noch wichtiger aber ist der Cortisol Spiegel als Gegenpart. Entscheidend dabei ist auch die Rezeptordichte und der Prolaktin Rezeptor. Ganz schwierigen Thema alles, aber als Faustregel kann man sagen, vermeide Peaks

---

bei den Steroiden.

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [yoda](#) on Sun, 28 Jul 2019 18:57:26 GMT

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

---

HGH ist lebenswichtig, aber sehr leicht festzustellen ob ein Mangel besteht! Hast du trotz Krafttraining dünne Waden, dann hast du einen Mangel. Zu beachten ist dabei auch das Alter! Im Alter sind die Zellen ausdifferenziert, d.h. es wachsen dann nur noch die Weichteile... Nase, ohren usw schlimmer noch Herz. HGH kannst du mit gesunden Schlaf beeinflussen. Was mir sehr geholfen hat einen gesunden Schlaf trotz Stress zu haben, abends vorm Schlafen gehen die Aminosäure L-Tryptophan plus Vitamin B Komplex.

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [RickyMartin0815](#) on Sun, 11 Aug 2019 21:25:33 GMT

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

---

Hallo Leute,

sorry das ich das jetzt mal so sage, aber ihr habt leider alle keine Ahnung !

Ich nehme HGH seit über zwei Jahren DURCHGÄNGIG. Mein Haarstatus ist besser als vor 10 Jahren. Meine Haare sind Dicker und Dichter geworden. Selbst meine Friseurin staunt und fragt wie das geht. HGH hat ein wenig mein Leben verändert. Mein Körper meine Haut und meine Haare haben sich sehr zum positiven verändert. Ich bin 42 und in der Form meines Lebens. Ich habe großen Respekt vor diesem Zeug. Aber es gibt viele Punkte, die man bei der Einnahme von dem Steroid beachten sollte.

Ich nehme täglich zeitlich versetzt 3 bis 4 Einheiten und besorge mir das Zeug entweder aus einer ausländischen Apo oder von einem guten Kontakt. Es ist schon eine Sauerei was das Zeug in einer dt. Apo kostet. Kostenpunkt

120 € für 12 MG / 36 I.U. Ich haue davon 4 Dinger im Monat weg. Dazu nehme ich jede Menge andere Supplements ebenfalls über den Tag verteilt.

Ansonsten nehme ich immer noch Fin 1/4 jeden Tag + Regaine jeden morgen nach dem Haare waschen.

Ich schreibe das hier nur, weil ich diesem Forum irgendwie verbunden bin. Wie in Guten so in schlechten Zeiten, ne ?

Jetzt seid ihr dran :pistol:

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin

Posted by [yoda](#) on Mon, 12 Aug 2019 02:07:44 GMT

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

---

Jetzt hast du schön die positiven Eigenschaften beschrieben. Nur was ist mit den negativen?  
Klar haben wir alle keine Ahnung...

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin

Posted by [Haar2O](#) on Mon, 12 Aug 2019 06:33:46 GMT

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

---

RickyMartin0815 schrieb am Sun, 11 August 2019 23:25Hallo Leute,

sorry das ich das jetzt mal so sage, aber ihr habt leider alle keine Ahnung !

Ich nehme HGH seit über zwei Jahren DURCHGÄNGIG. Mein Haarstatus ist besser als vor 10 Jahren. Meine Haare sind Dicker und Dichter geworden. Selbst meine Friseurin staunt und fragt wie das geht. HGH hat ein wenig mein Leben verändert. Mein Körper meine Haut und meine Haare haben sich sehr zum positiven verändert. Ich bin 42 und in der Form meines Lebens. Ich habe großen Respekt vor diesem Zeug. Aber es gibt viele Punkte, die man bei der Einnahme von dem Steroid beachten sollte.

Ich nehme täglich zeitlich versetzt 3 bis 4 Einheiten und besorge mir das Zeug entweder aus einer ausländischen Apo oder von einem guten Kontakt. Es ist schon eine Sauerei was das Zeug in einer dt. Apo kostet. Kostenpunkt 120 € für 12 MG / 36 I.U. Ich haue davon 4 Dinger im Monat weg. Dazu nehme ich jede Menge andere Supplements ebenfalls über den Tag verteilt.

Ansonsten nehme ich immer noch Fin 1/4 jeden Tag + Regaine jeden morgen nach dem Haare waschen.

Ich schreibe das hier nur, weil ich diesem Forum irgendwie verbunden bin. Wie in Guten so in schlechten Zeiten, ne ?

Jetzt seid ihr dran :pistol:

Das ist hier doch kein Wettbewerb. :frage:

Und was du da beschreibst sind halt die typischen Wirkungen bei 3-4 Einheiten, also nichts neues bzw. Spektakuläres. NW's sollte es bei solchen Dosierungen auch nicht geben.

Allerdings: Achtung bei hgh von "guten Kontakten".....

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin

Posted by [Haar2O](#) on Mon, 12 Aug 2019 06:41:27 GMT

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

---

Achso, noch als kleine Info von einem Ahnungslosen: HGH ist kein Steroid. ;)

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [pilos](#) on Mon, 12 Aug 2019 07:36:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Haar2O schrieb am Mon, 12 August 2019 09:41Achso, noch als kleine Info von einem Ahnungslosen: HGH ist kein Steroid. ;)

:thumbup:

und er nimmt immer noch fin und minox ;)

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [hallowelt](#) on Mon, 12 Aug 2019 07:58:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

yoda schrieb am Sun, 28 July 2019 20:19  
Metformin ist echt übertrieben bei Gesunden! Eine Kur mit Alpha Lipon R und Inositol hat die selbe Wirkung aber ohne Nw!  
Mengenangaben?

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [hallowelt](#) on Mon, 12 Aug 2019 08:02:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

cyclonus schrieb am Sat, 13 July 2019 16:18am besten auch mit intermittierendem Fasten. Bei dem Begriff muß man immer mit angeben was man damit genau meint, weil der Begriff nicht eindeutig definiert ist.

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [yoda](#) on Mon, 12 Aug 2019 08:17:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallowelt schrieb am Mon, 12 August 2019 09:58yoda schrieb am Sun, 28 July 2019 20:19  
Metformin ist echt übertrieben bei Gesunden! Eine Kur mit Alpha Lipon R und Inositol hat die selbe Wirkung aber ohne Nw!  
Mengenangaben?

Musst du selber bisschen experimentieren.

Als Richtwert meine Dosis

300mg alpha lipon r  
1g inositol

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [hallowelt](#) on Mon, 12 Aug 2019 08:39:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

yoda schrieb am Mon, 12 August 2019 10:17  
Musst du selber bisschen experimentieren.  
Als Richtwert meine Dosis  
300mg alpha lipon r  
1g inositol

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [yoda](#) on Mon, 12 Aug 2019 09:22:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallowelt schrieb am Mon, 12 August 2019 10:39yoda schrieb am Mon, 12 August 2019 10:17  
Musst du selber bisschen experimentieren.  
Als Richtwert meine Dosis  
300mg alpha lipon r  
1g inositol

muss nicht unbedingt Myo sein! Kauf Inositol als Pulver, ist billiger und musst keine Kapseln schlucken.

---

---

Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [hallowelt](#) on Mon, 12 Aug 2019 09:46:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

yoda schrieb  
muss nicht unbedingt Myo sein! Kauf Inositol als Pulver, ist billiger und musst keine Kapseln schlucken.

Ok, myo-Inosit ist das Sandard-Inosit. Bei der Liponsäure gibt es das Natriumsalz der Liponsäure (Na-R-aLA, "stabilisierte Version"); ist das gleich wirksam wie R-aLA?

---



Subject: Aw: Verjüngung - hGH, DEHA, Metformin  
Posted by [yoda](#) on Mon, 12 Aug 2019 10:09:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallowelt schrieb am Mon, 12 August 2019 11:46yoda schrieb  
muss nicht unbedingt Myo sein! Kauf Inositol als Pulver, ist billiger und musst keine Kapseln schlucken.

Ok, myo-Inosit ist das Sandard-Inosit. Bei der Liponsäure gibt es das Natriumsalz der Liponsäure (Na-R-aLA, "stabilisierte Version"); ist das gleich wirksam wie R-aLA?

Machs nicht zu kompliziert!

Alpha Lipon R (rechtsdrehend)

---