

---

Subject: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [DetConan](#) on Mon, 09 Sep 2019 10:43:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ein Ernährungsberater meinte letztens zu mir, dass der Grund für Haarausfall die Arachidonsäure, die in vielen Lebensmittel zu finden ist, sei. Er selbst ist 53 mit Nw0.

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [heinzbecker](#) on Mon, 09 Sep 2019 11:07:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mein Onkel meinte letztens zu mir, er habe ein Mittel gegen AGA gefunden, nämlich Pfeife rauchen. Er raucht seit 50 Jahren Pfeife, ist nun 70 und hat NW0.

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [pilos](#) on Mon, 09 Sep 2019 11:11:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

quatsch

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 09 Sep 2019 15:30:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DetConan schrieb am Mon, 09 September 2019 12:43 Ein Ernährungsberater meinte letztens zu mir, dass der Grund für Haarausfall die Arachidonsäure, die in vielen Lebensmittel zu finden ist, sei. Er selbst ist 53 mit Nw0.

Dann dürfte Schweineschmalz ja gar nicht wirken. Zwar ist die Wirkung tatsächlich nicht so doll wie ursprünglich erwartet, aber mein Freund verwendet das Zeug schon über 1 Jahr und seine Haare sind seitdem zumindest mäßig besser geworden. Wäre Arachidonsäure die Ursache der AGA, müsste sich sein Status verschlechtern.

Im übrigen ist die Arachidonsäure in kaum einem Nahrungsmittel enthalten.

Schweineschmalz hat mit 1,7% noch den höchsten Anteil.

Es gibt über Schweineschmalz einige Studien, auch über die Arachidonsäure. Und dort kam heraus, dass die Arachidonsäure das Haarwachstum FÖRDERT!

Ich kenne auch welche, die viel Schweinefleisch essen und dichtes Haar haben.

WENN Fettsäuren tatsächlich die Ursache wären, dann noch am ehesten ein Mangel an Omega 3. Und evtl. auch ein Enzym-Mangel, der es verhindert, dass die Fettsäuren aus Pflanzen weiter verstoffwechselt werden.

Das würde dann aber eher in die Richtung Arachidonsäure-MANGEL gehen.  
Es gibt ja immerhin ein Patent dazu, nach dem AGA geheilt wurde.  
Das Patent-Rezept lautet: Nachtkerzenöl + Fischöl oral.  
Ich selbst nehme das Zeug schon über 1 Jahr. Es wirkt zwar gegen Entzündungen (meine Entzündungswerte im Blut sind gleich null), aber Haare sind mir leider keine gewachsen.  
Kann aber gut sein, dass man damit AGA zumindest stoppen kann. AGA ist ja ein Entzündungsprozess.

Zitat:Ursache für Haarausfall gefunden

Das wäre der schönste Tag meines Lebens.

Leider wissen wir bis heute nicht, warum einige Männer ihre Haare verlieren und gleichzeitig so viele davon verschont bleiben.

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [Erdnase](#) on Mon, 09 Sep 2019 17:34:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bis-2019-Norwood-null schrieb am Mon, 09 September 2019 17:30  
Dann dürfte Schweineschmalz ja gar nicht wirken.

Damit ist zu dem Thema alles gesagt :lol:

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [Blackster](#) on Mon, 09 Sep 2019 18:20:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Selbst wenns so wäre, warum haben Frauen trotzdem volle Haare ?  
Die fressen immerhin den gleichen Kram.

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [pilos](#) on Mon, 09 Sep 2019 18:22:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Blackster schrieb am Mon, 09 September 2019 21:20Selbst wenns so wäre, warum haben Frauen trotzdem volle Haare ?  
Die fressen immerhin den gleichen Kram.

die haben ja auch keine Hoden

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

Posted by [Piwie](#) on Wed, 11 Sep 2019 14:26:20 GMT

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

---

pilos schrieb am Mon, 09 September 2019 20:22

die haben ja auch keine hoden

Sicher?

[https://m.youtube.com/watch?v=J1\\_t8enmJsc](https://m.youtube.com/watch?v=J1_t8enmJsc)

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

Posted by [JerryMerry](#) on Tue, 10 Mar 2020 12:20:16 GMT

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

---

s

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

Posted by [JerryMerry](#) on Tue, 10 Mar 2020 12:20:31 GMT

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

---

s

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

Posted by [Sonic Boom](#) on Wed, 11 Mar 2020 06:20:24 GMT

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

---

heinzbecker schrieb am Mon, 09 September 2019 13:07Mein Onkel meinte letztens zu mir, er habe ein Mittel gegen AGA gefunden, nämlich Pfeife rauchen. Er raucht seit 50 Jahren Pfeife, ist nun 70 und hat NW0.

Verwendet er dann den Finasterid oder Minoxidil-Tabak? :d

Ich hatte mal zwei gute Freunde.

Der eine achtete sehr auf seine Ernährung, lebte gesund ( sein Vater hatte sehr liches Haar), der Andere war übergewichtig, ernährte sich sehr schlecht ( sein Vater hatte volles Haar).

Kandidat 1 mit der gesunden Ernährung, hat schon als Jugendlicher ne Vollglatze bekommen, der Übergewichtige mit der Fast Food Ernährung, immer noch volles Haar....

x(

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

---

Posted by [Sonic Boom](#) on Wed, 11 Mar 2020 06:21:09 GMT

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

---

Edit.

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

Posted by [pilos](#) on Wed, 11 Mar 2020 08:25:02 GMT

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

---

ernährung spielt überhaupt keine rolle..sondern nur die genetik

aber hier im forum ist selbstbelügen ein volkssport geworden....mal stress, mal ernährung mal dies mal jenes..alles mumpitz

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

Posted by [xWannes](#) on Wed, 11 Mar 2020 09:38:03 GMT

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

---

pilos schrieb am Wed, 11 March 2020 09:25

ernährung spielt überhaupt keine rolle..sondern nur die genetik

Bei guter Genetik ist die Ernährung schnuppe. Bei schlechter Genetik kann schlechte Ernährung über den Umweg Übergewicht allerdings schon nachteiligen Einfluss auf den AGA-Verlauf nehmen, einfach weil der Hormonspiegel generell gehoben wird.

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

Posted by [pilos](#) on Wed, 11 Mar 2020 10:54:23 GMT

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

---

xWannes schrieb am Wed, 11 March 2020 11:38pilos schrieb am Wed, 11 March 2020 09:25

ernährung spielt überhaupt keine rolle..sondern nur die genetik

Bei guter Genetik ist die Ernährung schnuppe. Bei schlechter Genetik kann schlechte Ernährung über den Umweg Übergewicht allerdings schon nachteiligen Einfluss auf den AGA-Verlauf nehmen, einfach weil der Hormonspiegel generell gehoben wird.

nöö :d

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [blub10](#) on Wed, 11 Mar 2020 14:27:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Völliger Käse!

Da muss man Noorwood Ausnahmsweise mal recht geben

Arachidonsäure fördert die Bildung von Prostaglandinen die den Haarwuchs fördern! Nicht umsonst verlängert Bimatoprost die Anagenphase

Zum Thema Ernährung: Selbstverständlich hat die Ernährung Einfluss bei schlechter Genetik. Jeder Aga geplagte kann man mal den Selbsttest machen und sich 4 Wochen Scheisse ernähren und beim Haare waschen den Ausfall zählen und dabei seine böse Überraschung erleben!

Immer dieses Chemiekeulen Schwarz Weiß denken hier :uhoh:

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [DetConan](#) on Wed, 11 Mar 2020 17:20:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

xWannes schrieb am Wed, 11 March 2020 10:38pilos schrieb am Wed, 11 March 2020 09:25  
ernährung spielt überhaupt keine rolle..sondern nur die genetik

Bei guter Genetik ist die Ernährung schnuppe. Bei schlechter Genetik kann schlechte Ernährung über den Umweg Übergewicht allerdings schon nachteiligen Einfluss auf den AGA-Verlauf nehmen, einfach weil der Hormonspiegel generell gehoben wird.

Richtig! Leute mit guter Genetik fressen meist Scheisse und behalten ihren Status, jedoch beobachte ich trotzdem dass sie mit 40 oder 50 doch lichtereres Haar bekommen aber nunmal SEHR VIEL später als Leut emit schlechter genetik und einer schlechten Ernährung.

Außerdem muss ich hier noch eins klarstellen: Gesunde Ernährung heisst nicht Nudeln, Reis, Brot, Obst sondern Glutenfrei, Zuckerfrei und Nährstoffen und Vitaminen wie viel grünes Gemüse, Gerstegras.

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [blub10](#) on Wed, 11 Mar 2020 20:40:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Inwiefern sollen deiner Meinung nach Reis, Nudeln Obst und Gluten einen negativen Einfluss haben :d

Ich meinte eher Finger weg von verarbeiteten Lebensmitteln und zu vielen tierischen transfetten

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [DetConan](#) on Wed, 11 Mar 2020 21:11:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Weisser Reim kaum Nährstoffe, viel Zucker , weiße Nudeln was 90% der Menschen essen  
Glutenhaltig, keine Nährstoffe, Obst sehr viele Pestizide und aufgrund der langen  
Transportwege verliert es fast alle seine Nährstoffe. Gluten verklebt den Darm und ist daher Gift  
für diesen. Du merkst diese Ernährungsweise weist eine sehr geringe Nährstoffdichte aus,  
weswegen dies keinesfalls gesund ist.

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [Sonic Boom](#) on Thu, 12 Mar 2020 06:17:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Was mir schon aufgefallen ist, als ich zwei Wochen im Urlaub war.  
Ich aß in der Zeit morgens ein Frühstücksei, und fast jeden Tag Schnitzel mit Pommes ( an  
Gewicht nahm ich nicht zu, aber) ich bemerkte auf dem Kopfkissen, dass viele Haare ausfielen.  
War ich wieder zuhause, änderte ich meine Ernährung, waren auch weniger Haare auf dem  
Kopfkissen.  
Das tierische Eiweiß war hier kontraproduktiv ?!

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [xWannes](#) on Thu, 12 Mar 2020 07:05:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DetConan, du sonderst hier im Forum gefühlt in jedem zweiten Beitrag mit einer  
Entschiedenheit streitbare bis dummliche Aussagen ab, dass es fast sprachlos macht.

Das nur als Hinweis, ich kann mir vorstellen, dass es anderen genauso geht.

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [stfn111](#) on Thu, 12 Mar 2020 08:54:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

xWannes schrieb am Thu, 12 March 2020 08:05DetConan, du sonderst hier im Forum gefühlt in  
jedem zweiten Beitrag mit einer Entschiedenheit streitbare bis dummliche Aussagen ab, dass  
es fast sprachlos macht.

Das nur als Hinweis, ich kann mir vorstellen, dass es anderen genauso geht.  
:thumbup:

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

---

Posted by [Sonic Boom](#) on Thu, 12 Mar 2020 09:10:52 GMT

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

---

Zitat: Zuckerfrei

Zuckerfrei ist eh ein gutes Stichwort. Ganz ohne geht es eh nicht, aber Zucker (stark) zu reduzieren, ist schon mal ein guter Ansatz ( nicht wegen AGA, sondern einfach nur so.)  
Ich hab bis 45 Energy Drinks, Fanta, Spezie, Schokolade, Donuts, Süssigkeiten aller Art konsumiert, bis ich mir, von heute auf morgen gesagt habe, so, jetzt ist Schluß damit!

Seit über einem Jahr funktionierst. Ich komme ohne das Teufelszeug aus!

Man muß eben immer dran denken, wenn die heutigen 60 +jährigen ihre gesundheitlichen Leiden haben, wie soll das dann erst mit uns einmal werden?

Die hatten weniger von dem ganzen Süßkram und Industriefood.

Das nur nebenbei....

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

Posted by [Blackster](#) on Thu, 12 Mar 2020 11:14:27 GMT

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

---

Und trotzdem war der AGA Verlauf vor 300 Jahren genau wie heute.

Das mit den Haaren auf dem Kopfkissen kann wegen dem Haarzyklus so auch nicht passieren  
Sonic :)

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

Posted by [DetConan](#) on Thu, 12 Mar 2020 21:47:09 GMT

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

---

Früher war doch viel weniger aga, heute hat ja fast jeder haarausfall

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?

Posted by [DetConan](#) on Thu, 12 Mar 2020 21:47:45 GMT

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

---

xWannes schrieb am Thu, 12 March 2020 08:05DetConan, du sonderst hier im Forum gefühlt in jedem zweiten Beitrag mit einer Entschiedenheit streitbare bis dümmliche Aussagen ab, dass es fast sprachlos macht.

Das nur als Hinweis, ich kann mir vorstellen, dass es anderen genauso geht.

Ich will doch hier nur helfen AGA zu besiegen :uhoh:

:cry:

---

---

Subject: Aw: Ursache für Haarausfall gefunden ?  
Posted by [blub10](#) on Fri, 13 Mar 2020 10:19:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DetConan schrieb am Wed, 11 March 2020 22:11 Weisser Reim kaum Nährstoffe, viel Zucker , weiße Nudeln was 90% der Menschen essen Glutenhaltig, keine Nährstoffe, Obst sehr viele Pestizide und aufgrund der langen Transportwege verliert es fast alle seine Nährstoffe. Gluten verklebt den Darm und ist daher Gift für diesen. Du merkst diese Ernährungsweise weist eine sehr geringe Nährstoffdichte aus, weswegen dies keinesfalls gesund ist. Sorry aber du scheinst tatsächlich gar keine Ahnung zu haben. Fing ja schon mit der Arachidonsäure gut an aber es wird immer besser

Reis hat gar keinen Zucker  
Gluten verklebt auch nicht den Darm (das ich medizinisch auch nicht möglich) und ist nur für einen kleinen Anteil der Bevölkerung schädlich  
Obst kann ebenso Pestizid belastet sein wie Gemüse

@Sonic Boom ich würde eher denken das es an den tierischen Transfetten lag statt am Eiweiß

---