
Subject: Hab vor 4 Wochen aufgehört zu Qualmen,der Haarzustand
Posted by [hafensaenger](#) on Thu, 03 Aug 2006 17:22:12 GMT

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

ist sensationel.Geheimratsecken komplett dichtgewachsen. *scherz*

Jedoch hat sich der Haarzustand verbessert.Die Haare sind dicker und sehen gesünder aus.Nach dem Föhnen stehen einige Haare ab die ich erstmal mit Haarspray plattdrücken muss.
Die Anzahl der Haare die beim Duschen ausfallen ist auch etwas reduziert.
Hoffe ich schaffe es jetzt endgültig aufzuhören..

Subject: Re: Hab vor 4 Wochen aufgehört zu Qualmen,der Haarzustand
Posted by [loydd](#) on Thu, 03 Aug 2006 18:01:02 GMT

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

ja, ich trink jetzt täglich 12 Liter Grüntee

HA= 0!!!!!!

Bin super froh.

Mein Arzt hat gesagt dass meine GHE wohl so in 6-8 Monaten wieder dichtgewachsen sind.....

Subject: Re: Hab vor 4 Wochen aufgehört zu Qualmen,der Haarzustand
Posted by [pascha](#) on Thu, 03 Aug 2006 18:22:33 GMT

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

lol und ich piss mir 4 am Tag auf die Birne. Haare sind heller geworden und riechen n bisschen strenger

Subject: Re: Hab vor 4 Wochen aufgehört zu Qualmen,der Haarzustand
Posted by [loydd](#) on Thu, 03 Aug 2006 18:28:40 GMT

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

wie du auch??!?!

was machst du gegen den Gestank?

Subject: Re: Hab vor 4 Wochen aufgehört zu Qualmen,der Haarzustand
Posted by [tvtotalfan](#) on Thu, 03 Aug 2006 19:00:34 GMT

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

hee, wieso verarscht ihr ihn ?

Kann doch gut sein, schließlich stört das Rauchen die Aufnahme von vielen wichtigen Dingen (Vitamine/Mineralien usw.) sowie die Wirkung von Medikamenten.

Jo, das mit dem Rauchen aufhören ist schon so ne Sache, halt Dich unbedingt an ein GEsetz:

NIE WIEDER eine ! So hab ich nach dem wochen oder monate langen Rauchstopp nämlich immer wieder angefangen "ach, nur die eine" und am nächsten Tag "ach nur die zwei"

Subject: Re: Hab vor 4 Wochen aufgehört zu Qualmen,der Haarzustand

Posted by [pippo24](#) on Thu, 03 Aug 2006 19:20:01 GMT

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

Also ich hab auch vor 4 Monaten aufgehört.

Obs viel für die haare bringt?

Aber insgesamt auf jedenfall-und das ist dan auch wieder gut für die haare.

Subject: Re: Hab vor 4 Wochen aufgehört zu Qualmen,der Haarzustand

Posted by [pascha](#) on Fri, 04 Aug 2006 15:05:29 GMT

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

Jo TvTotalFan hat recht.

Ich hab auch bis vor 2 Tagen nicht mehr geraucht, dann dachte ich mir komm nimm ma eine, ja und jetzt bin ich wieder voll drauf .

Aber ohne Rauchen geht es dir auf jeden FALL besser. Ich hör morgen auch wieder auf. Rauchen hat nicht einen Vorteil.

Steck die Kohle lieber in Minox

Subject: Re: Hab vor 4 Wochen aufgehört zu Qualmen,der Haarzustand

Posted by [Claudi](#) on Fri, 04 Aug 2006 15:34:59 GMT

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

An alle die mit dem Rauchen aufgehört haben. Was hat sich bei euch geändert bzw. gebessert (mal ganz abgesehen von den Haaren)?

Ich muss das mal hören, damit ich mir selbst einen Tritt geben kann, um mit dem Rauchen aufzuhören.

Subject: Re: Hab vor 4 Wochen aufgehört zu Qualmen,der Haarzustand

Posted by [Vanessa 200](#) on Fri, 04 Aug 2006 17:55:20 GMT

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

Ich habe vor etwas über 3 Monaten mit dem rauchen aufgehört. Was hat sich verändert, oder verbessert... Der Geschmacks-, und Geruchssinn hat sich eindeutig verbessert. Wie Geschmacksintensiv jetzt einige Lebensmittel sind, wahnsinn. Ach ja, und Raucher stinken natürlich total Ich gehöre zwar jetzt nicht zu denen, die das jetzt nicht mehr tolerieren, aber wie eklig das wirklich stinkt, merkt man erst, wenn man es nicht mehr macht. Positiv war auch, das ich noch nicht wirklich zugenommen habe in der Zeit. Davor hatte ich ja immer so eine Angst. Angeblich soll mein Teint jetzt auch gesünder aussehen. Vorallem sollte man sich mal vor Augen halten, wie lange es dauern wird, bis der ganze Rotz mal aus den Bronchien/Lunge raus sein wird. Habe übrigens 16 Jahre geraucht, und habe es ohne Hilfsmittelchen geschafft. So schwer war es gar nicht. Anstatt eine zu nehmen, einfach nicht machen oder nen Apfel nehmen Nun ja, wir wissen alle wie schädlich es ist, und etwas gutes bewirkt son ekliger Stengel bestimmt nicht.

Wünsche viel Erfolg beim aufhören!

Subject: Re: Hab vor 4 Wochen aufgehört zu Qualmen,der Haarzustand

Posted by [Pansen](#) on Fri, 04 Aug 2006 18:23:11 GMT

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

- Rauchen bringt überhaupt nichts
- es gibt keine einzelne Zigarrette, eine Zigarrette befriedigt nur für eine halbe Stunde, danach will man sofort die nächste
- Rauchen ist sehr teuer (120 €/Monat)
- Rauchen macht unglücklich, weil man eigentlich gar nicht rauchen will.
- Haut leidet
- HAARE leiden (Rauchen verstärkt und beschleunigt Haarausfall)
- Rauchen verursacht Pickel und unreine Haut
- Raucher haben eine fahle, graue und ungesunde Haut
- Nichtraucher sind fitter, gesünder und glücklicher
- Rauchen macht müde und schlapp
- Rauchen = Tot auf raten
- Rauchen ist nur eine Befriedigung einer Sucht, die man nicht haben will
- Rauchen bringt überhaupt nichts
- Nichtraucher sind attraktiver
- Jeder Raucher will mit dem Rauchen aufhören
- Raucher haben immer ein schlechtes Gewissen wenn sie rauchen
- Rauchen macht keinen Spaß
- Raucher verschieben täglich den Tag, an dem sie aufhören werden
- Rauchen = Nur Dreck und Krankheit
- Ein Leben ohne Sucht, die man nicht möchte ist viel lebenswerter
- Rauchen ist wie das Tragen eines viel zu kleinen Schuhs, nach jeder Zigarrette zieh ich mir diesen Schuh wieder freiwillig an.
- Ich will nicht rauchen, kein Erwachsener raucht freiwillig
- Nichtraucher stärkt das Selbstbewusstsein und macht glücklich!

- Rauchen macht unglücklich
 - Kennst du einen Loser der nicht raucht?
 - ich gebe nichts auf, ich kann nur gewinnen!
-