
Subject: Welche NEMS sollte man nehmen? Kann ein Testosteron-Booster (Saw Palmetto) bei Haarausfall helfen?

Posted by [Martellus10](#) on Wed, 17 Jun 2020 18:12:03 GMT

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

Hallo,

ich suche gerade die idealen NEMs gegen den Haarausfall. Da bin ich bei Amazon auf Kapseln gestoßen, die Zink, Keratin, Biotin und weitere B-Vitamine enthalten, darunter auch B 12.

https://www.amazon.de/gp/product/B07N8YPKSD/ref=ox_sc_act_title_2?smid=A1MM7PJE4I3V89&psc=1

Zusätzlich liest man immer wieder, dass Saw Palmetto/Sägepalmenextrakt ein DHT-Blocker ist. Andererseits wird dieses Produkt als Testosteron-Booster beschrieben. Ist nicht gerade Testosteron die Ursache für den Haarausfall? Einerseits DHT-Blocker, aber auch Testosteron-Booster. Soll ich Saw Palmetto als NEM nehmen oder nicht?

https://www.amazon.de/S%C3%A4gepalmenextrakt-S%C3%A4gepalme-Haarausfall-Hochdosierte-Testosteron/dp/B07YX5RFTR/ref=sr_1_2_sspa?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=128AFPI58A055&dchild=1&keywords=saw+palmetto&qid=1592417254&sprefix=saw+p%2Caps%2C213&sr=8-2-spons&psc=1&spLa=ZW5jcnlwdGVkUXVhbGlmaWVyPUEwOTAwOTQwVVBGU0xYMEwzNTZWJmVuY3J5cHRIZEFkSWQ9QTA1OTkyNTgyN1NEOUJWRzA4OE9EJndpZGdldE5hbWU9c3BfYXRmJmFjdGlvbj1jbGlja1JlZGlyZWNoJmRvTm90TG9nQ2xpY2s9dHJ1ZQ==

Subject: Aw: Welche NEMS sollte man nehmen? Kann ein Testosteron-Booster (Saw Palmetto) bei Haarausfall helfen?

Posted by [pilos](#) on Wed, 17 Jun 2020 18:16:55 GMT

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

säge testosteron booster

märchen

Subject: Aw: Welche NEMS sollte man nehmen? Kann ein Testosteron-Booster (Saw Palmetto) bei Haarausfall helfen?

Posted by [Martellus10](#) on Wed, 17 Jun 2020 18:24:20 GMT

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

Soll ich also die Sägepalmen-Kapseln nicht kaufen?

Wenn sie nicht als DHT-Blocker wirken, spare ich mir das Geld. In einem Youtube-Video mit etwa 35.000-Klicks wird Sägepalmenextrakt als der beste natürliche DHT-Blocker beschrieben.

Subject: Aw: Welche NEMS sollte man nehmen? Kann ein Testosteron-Booster (Saw Palmetto) bei Haarausfall helfen?

Posted by [pilos](#) on Wed, 17 Jun 2020 19:01:23 GMT

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

du wirfst hier sachen durcheinander

booster hemmer ...entweder oder

Subject: Aw: Welche NEMS sollte man nehmen? Kann ein Testosteron-Booster (Saw Palmetto) bei Haarausfall helfen?

Posted by [Martellus10](#) on Wed, 17 Jun 2020 19:11:15 GMT

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

pilos schrieb am Wed, 17 June 2020 21:01

du wirfst hier sachen durcheinander

booster hemmer ...entweder oder

Okay, ich verstehe. Es gibt auf Amazon Saw-Palmetto-Kapseln zwischen 500 und 3000 mg. Ich verwende täglich 1 mg Fin und 2 Mal täglich Finasterid.

Wie viel mg sollten die Saw Palmetto-Kapseln haben?

Subject: Aw: Welche NEMS sollte man nehmen? Kann ein Testosteron-Booster (Saw Palmetto) bei Haarausfall helfen?

Posted by [pilos](#) on Wed, 17 Jun 2020 19:30:07 GMT

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

Martellus10 schrieb am Wed, 17 June 2020 22:11 pilos schrieb am Wed, 17 June 2020 21:01

du wirfst hier sachen durcheinander

booster hemmer ...entweder oder

Okay, ich verstehe. Es gibt auf Amazon Saw-Palmetto-Kapseln zwischen 500 und 3000 mg. Ich verwende täglich 1 mg Fin und 2 Mal täglich Finasterid.

Wie viel mg sollten die Saw Palmetto-Kapseln haben?
du meinst bestimmt

täglich 1 mg Fin und 2 Mal täglich Minox.

die mg sagen erstmal gar nix..sondern mg an was?

Subject: Aw: Welche NEMS sollte man nehmen? Kann ein Testosteron-Booster (Saw Palmetto) bei Haarausfall helfen?

Posted by [Martellus10](#) on Wed, 17 Jun 2020 19:52:37 GMT

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

Danke für die Korrektur, du hast Recht, ich habe mich verschrieben.

Wie viel Milligramm Sägepalmenextrakt soll eine Kapsel enthalten, die man gegen Haarausfall kauft?

Auf Amazon gibt es Kapseln zwischen 500 und 3000 mg Sägepalmenextrakt.

Subject: Aw: Welche NEMS sollte man nehmen? Kann ein Testosteron-Booster (Saw Palmetto) bei Haarausfall helfen?

Posted by [pilos](#) on Wed, 17 Jun 2020 20:04:16 GMT

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

Martellus10 schrieb am Wed, 17 June 2020 22:52 Danke für die Korrektur, du hast Recht, ich habe mich verschrieben.

Wie viel Milligramm Sägepalmenextrakt soll eine Kapsel enthalten, die man gegen Haarausfall kauft?

Auf Amazon gibt es Kapseln zwischen 500 und 3000 mg Sägepalmenextrakt.

es gibt keine 3000 mg Sägepalmenextrakt, sondern 3000 mg Sägepalmebeerenpulver-äquivalente 1:20 sprich 150 mg extrakt :!: ...es ist immer oft irreführend in worte verpackt, einfach marketing

also 3000 mg = 150mg extrakt (1:20)

Subject: Aw: Welche NEMS sollte man nehmen? Kann ein Testosteron-Booster (Saw Palmetto) bei Haarausfall helfen?

Posted by [Grisu](#) on Thu, 13 Aug 2020 07:36:28 GMT

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

Hallo! Wichtig ist die Durchblutung der Kopfhaut...Probier doch mal die Aminosäure Arginin. 2-5g / Tag. Grüße

Subject: Aw: Welche NEMS sollte man nehmen? Kann ein Testosteron-Booster (Saw Palmetto) bei Haarausfall helfen?

Posted by [Icetea](#) on Thu, 27 Jul 2023 22:31:28 GMT

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

stellhaar schrieb am Wed, 26 July 2023 16:48Alle mal dröf Gänge zurück! Leute, am Ende geht es echt auch darum, was einem individuell fehlt! Am besten ein Blutbild machen lassen, und die Sache ist geritzt. Aber einfach so komisches Zeugs einwerfen?? Finde ich echt nicht gut. Ich verstehe, dass es zum Verzweifeln ist, aber du solltest deinen Körper wie einen Freund behandeln, nicht wie deinen Feind!

Es gibt super viele verschiedene NEM, da würde ich an deiner Stelle eher darauf achten, woher die kommen und ob sie auch gut sind. Ob die von Amazon da eine gute Empfehlung sind? I doubt it. Ich kaufe meine NEM auf der Seite, da gibt es auch Lecithin, was ebenfalls eine wichtige Rolle für die (Haar-)Gesundheit spielt. Da kannst du auch nachlesen, wie du deine Ernährung in deinem Sinne umstellen kannst! Vielleicht brauchst du dann nicht mal Nahrungsergänzungsmittel.. Ich weiß, der Thread liegt etwas in Vergangenheit, aber ich musste das einmal loswerden!
Schlechter Versuch Werbung zu machen