

---

Subject: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [loydd](#) on Tue, 08 Aug 2006 15:45:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

[http://www.aerztezeitung.de/docs/1999/05/05/083a1004.asp?cat=/medizin/haut\\_haare/haarausfall](http://www.aerztezeitung.de/docs/1999/05/05/083a1004.asp?cat=/medizin/haut_haare/haarausfall)

also ich frag mich wen die da alles untersuchen bzw. wen sie dafür bestechen mussten!!!  
Wenn man sich mal hier im Forum umschaugt ist die Anzahl der Anwender die über Libidoverlust klagen DEUTLICH höher als nur die beschriebenen 2%.

Ich kann aus eigener Erfahrung sagen, dass ich soetwas mit einem andren Medikament schon einmal beobachten musste (Roaccuttan-Akne)

Dort gab es das selbe spiel.

z.B. Haarausfall sollte bei c.a. 1 von 1000 Leuten vorkommen:

BULLSHIT

Die Quote lag deutlich drüber, und es war ganz eindeutig keine Einbildung.

Wie erklärt ihr euch diese Statistiken?!?!  

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [MarcWen](#) on Tue, 08 Aug 2006 16:34:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Gibt es sicher viele Erklärungen...

Die einzig plausible, dass sich in solchen Foren eher die Leute tummeln, die sich mehr mit der Materie auseinandersetzen und zweitens eher die Leute schreiben, die Probleme haben und klagen...

Wenn alles klappt und gut läuft, man keine Fragen hat, dann ist man ja zufrieden...

Aber ich hab auch immer Zweifel an solchen Statistiken... komischerweise ist es bei mir auch so, wenn die Nebenwirkung noch so ne geringe Wahrscheinlichkeit hat, komischerweise hab ich sie alle... ärgerlich...  

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Tue, 08 Aug 2006 20:49:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Du liest die falschen Statistiken! Und du schaust auf die falschen Werte! Erektile Dysfunktion und Libidoverlust sind unterschiedliche Dinge!

In dieser gibt es kaum einen Unterschied bezüglich Libidoproblemen bei der Fin-Gruppe (1,8%) und der Placebo-Gruppe (1,3%).

Es gibt allerdings Studien zu Proscar, da liegt die Prozentzahl für erektile Dysfunktion vor dem ersten Jahr bei 8,1% und das ist deutlich höher, als in der Placebogruppe!

[http://www.rxlist.com/cgi/generic3/propecia\\_ad.htm](http://www.rxlist.com/cgi/generic3/propecia_ad.htm)

Grüße vom  
FrankfurtER

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [MarcWen](#) on Wed, 09 Aug 2006 06:15:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wobei ich ED schon als worst case sehen würde... für mich ein absolutes KO Kriterium...  
Mann will kein halber Mann sein...  
Bissi weniger Libido kann man ja überspielen oder nachhelfen...

Gibt es denn Erfahrungen, ob es mit der Zeit noch schlimmer wird?  
Nehme nun seit 4 Monaten Fin... Einschränkungen klar erkennbar... nur wenn das mit der Zeit  
noch schlimmer werden wird, dann weiß ich auch nicht mehr weiter...

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [FrankfurtER-1974](#) on Wed, 09 Aug 2006 07:09:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Die Studien gehen da hin, dass es nach einem Jahr der Einnahme eher unwahrscheinlich wird,  
dass sich noch etwas zum Negativen hin verändert.

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [MarcWen](#) on Wed, 09 Aug 2006 12:18:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

FrankfurtER-1974 schrieb am Mit, 09 August 2006 09:09Die Studien gehen da hin, dass es nach  
einem Jahr der Einnahme eher unwahrscheinlich wird, dass sich noch etwas zum Negativen hin  
verändert.

Mmh also muß ich noch gut 8 Monate abwarten und auf die Studien vertrauen... Mann wird  
sehen...

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [loydd](#) on Wed, 09 Aug 2006 15:14:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

treten die Libidoprobleme eigentlich auch unter Dut auf oder sind hier davon nur die Fin Leute betroffen?

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)

Posted by [GE-Mann](#) on Wed, 09 Aug 2006 20:30:57 GMT

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

---

Yep, nehme jetzt seit cirka 3 Wochen Fin und mein Orgasmus ist nicht mehr ganz so intensiv. Die Lust selbst ist inzwischen aber wieder da, die ersten fünf Tage waren allgemein der Horror. Praktisch jede erdenkliche Nebenwirkung, aber zum Glück hat sich jetzt alles wieder erholt... Ich glaube eher das es mit der Zeit besser wird als schlechter!

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)

Posted by [Mink](#) on Thu, 10 Aug 2006 05:06:33 GMT

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

---

Die Studien gehen da hin, dass es nach einem Jahr der Einnahme eher unwahrscheinlich wird, dass sich noch etwas zum Negativen hin verändert.

Kann ich persönlich nicht bestätigen. Bei mir dauerte es bestimmt 5 Jahre bis ich erstmals realisierte, dass mit meinem kleinen Freund was nicht stimmt. Aber das ist natürlich ein sehr schleichender Prozess mit besseren und schlechteren Tagen (Nächten). Nur nach einem Jahr hatte ich definitiv noch überhaupt keine Probleme.

Gruß  
Mink

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)

Posted by [Hanson](#) on Thu, 10 Aug 2006 09:36:23 GMT

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

---

Hey Mink,

du nimmst also das Zeug (1/4 Proscar bzw. Propecia) auch schon seit 5 Jahren, oder? Ich seit 6 habe aber eigentlich in dieser Zeit nicht wirklich auffällige Schwierigkeiten gehabt, und abnehmende Lust bei längerer Bez. ist denke ich fast alltäglich, nur in den letzten Tagen und Wochen habe ich da leichte ED, denke, ich setze das Zeug jetzt erstmal ab, muss mal schauen, was dann so passiert, die Megawirkung hat Proscar jetzt nicht erzielt zumindest nicht im vorderen Bereich, aber ich denke ich muss es riskieren, anders bringt es irgendwie noch weniger, wie siehst bei Dir aus????

Gruß Hanson

---

---

Subject: @Hanson  
Posted by [Mink](#) on Thu, 10 Aug 2006 10:28:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Hanson,

ich nehme seit 10 Jahren Propecia, will jetzt auf 1/4 Proscar umsteigen. Die Wirkung begann nach 3 Monaten, nach 6 Monaten sogar Neuwuchs. Obwohl ich die Dosis wegen der NW auf 3 Tabletten pro Woche seit 1,5 Jahren runtergefahren habe, habe ich immer noch ein sehr gutes Haarbild, definitiv besser als vor Einnahmebeginn Propecia.

Wenn Du 6 Jahre keine NW hattest und sich jetzt seit ein paar Tagen oder Wochen was bemerkbar macht, kann das auch andere Gründe haben. Du must vor allem aufpassen, dass Du jetzt nicht anfängst, da besonders darauf zu achten, vielleicht sogar mit Angst, denn dann kann Dir auch die Psyche einen Streich spielen und Du hast deswegen ED.

Wenn es sich nicht bessert, nimm L-Arginin. Das nehmen hier viele, ist relativ harmlos und kann Dir helfen, einen leichten Fall von ED zu kurieren.

Absetzen von Fin: Wenn es überhaupt tatsächlich am Fin liegt, kann das Monate dauern, bis sich die NW wieder bessern. Ich habe mal 4 Wochen ausgesetzt ohne dass ich eine Veränderung bemerkt habe. Frankfurter (siehe Beitrag unter "Allgemeines ...") hingegen geht es nach 4 Wochen Absetzen wieder besser. Aber der hat parallel auch noch einige andere Sachen eingeschmissen.

Zusammenfassend für mich kann ich zu Fin sagen: Mega-Wirkung + Mega-Nebenwirkung.

Gruß Mink

---

---

Subject: Re: @Hanson  
Posted by [Hanson](#) on Mon, 14 Aug 2006 08:01:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Mink,  
vielen Dank für die Einschätzung, was ist denn dieses L-Arginin und woher bekommt man es günstig? Ist es eher ein Haarmittel oder was gegen die NW? Ich werde es zumindest mit dem Absetzen mal versuchen, ist schon eine komische Sache, wenn von einen Tag auf den anderen solche NW auftreten, hätte aber sonst keine andere Erklärung als das es mit Fin zu tun haben könnte; und ob durch das Absetzen das Haarbild schlechter wird ist auch schwer zu sagen, wird sowieso im vorderen Beeich etwas lichter und Fin greift ja eher im hinteren Bereich an, bei Dir auch? oder konntest du vorne auch was feststellen

Gruß Hanson

---

---

Subject: Re: @Hanson  
Posted by [Mink](#) on Mon, 14 Aug 2006 10:51:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Hanson,

am günstigsten bekommst Du L-Arginin über ebay, siehe hier:  
<http://www.amalui.com/de/pi-1419620519.htm?categoryId=9>:

L-Arginin ist eine Aminosäure, wie sie auch in natürlicher Nahrung vorkommt (z.B. Nüsse). Es ist ein Vorläufer des Stickoxids und führt zu Entspannung und Erweiterung der Blutgefäße, was letztlich eine Erektion begünstigt bzw. unterstützt. Man muss es aber bis zur Wirkung schon kurmässig nehmen (minimum 2-3 gramm täglich). Erst nach 1-2 Wochen beginnt sich die Wirkung zu entfalten.

Probier es doch erstmal aus, vielleicht ist es gar nicht notwendig, Fin zu stoppen und die Arbeit von 6 Jahren zunichte zu machen. Ausserdem wüsstest Du dann nicht, ob es Dir besser geht wegen L-Arginin oder wegen dem Absetzen von Fin. Ich halte es aus diesem Grund immer für unglücklich zwei Sachen gleichzeitig zu beginnen oder abzusetzen weil danach die Beurteilung schwer fällt.

Viel Erfolg !  
Gruß  
Mink

---

Subject: Re: @Hanson  
Posted by [hairfighter](#) on Mon, 14 Aug 2006 12:54:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ist das L-arginin überhaupt schädlich, kann man abhängig davon werden??????

Habe momentan auch damit zu kämpfen, nach fast 2 Jahren Fin.  
Am besten habe ich es an der M.. latte bemerkt.  
Die gibt es seit ein paar Tage nicht mehr.  
War schon beim Doc, aber Werte, Blut, Urin alles OK.  
Kann mir L-arginin helfen.

hat es noch andere Auswirkungen auf meinen Körper, Fitnessmässig?? Denn ich habe es oft bei Fitness-Studios etc. gesehen.

Diese dummen Haare, nur Ärger damit

---

Subject: Re: @Hanson  
Posted by [pilos](#) on Mon, 14 Aug 2006 13:04:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hairfighter schrieb am Mon, 14 August 2006 14:54Also ist das L-arginin überhaupt schädlich, kann man abhängig davon werden??????

nein

Zitat:

Habe momentan auch damit zu kämpfen, nach fast 2 Jahren Fin.

Am besten habe ich es an der M.. latte bemerkt.

Die gibt es seit ein paar Tagne nicht mehr.

War schon beim Doc, aber Werte, Blut, Urin alles OK.

Kann mir L-arginin helfen.

ja

Zitat:

hat es noch andere Auswirkungen auf meinen Körper, Fitnessmäßig?? Denn ich habe es oft bei Fitness-Studios etc. gesehen.

positiv ..ja...

Zitat:

Diese dummen Haare, nur Ärger damit

du sagst es.....

---

Subject: Re: @Hanson

Posted by [Hanson](#) on Mon, 14 Aug 2006 13:42:45 GMT

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

---

wem sagst du das, geht mir genauso, habe auch Werte testen lassen und bisher keinen negativen Befund- nehme das Zeug eigentlich schon 6 Jahre, hatte aber nie Probleme, und wirklich fast von einem Tag auf den anderen hing die Fahne auf Halbmast , unglaublich!! Und man kann spontan nichts wirkliches dagegen machen. Hoffe jetzt, daß das L-arginin hilft. Aber das dauert auch wieder ca. 2 Wochen bis es anschlagen soll, habe sogar mal kurz an spontane Einnahme von Viagra/bzw.irgendwelche Billigversionen gedacht (obwohl ich auch nicht weiß, wie man das bekommt). Ist halt ärgerlich-Freundin rastet sonst irgendwann aus  
Gruß Hanson

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [MarcWen](#) on Mon, 14 Aug 2006 14:08:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wollen wir hoffen...

Bei mir ist es nach gut 4,5 Monaten lange nicht mehr wie vorher... keine ahnung, wie schlecht es ohne L-Arginin wäre... aber glücklich bin ich mom nicht besonders...

---

---

Subject: Re: @Hanson  
Posted by [hairfighter](#) on Mon, 14 Aug 2006 15:16:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@pilos

Danke. Ich glaube ich ordere es mal und teste es so 2 bis 3 Monate.

Und was bewirkt es fitnessmäßig????? Weiß da jemand bescheid.  
Muskelaufbau?????????????

Also kann man L-ARGININ so in etwa mit so Biotin Kapseln etc. vergleichen, nur das es halt positive Auswirkungen auf meinen Großen (der musste einfach sein) hat.  
Aber ist schon bitter, das man das in so jungen Jahren schon braucht. Irgendwann bin ich dann auch noch ein körperliches Frack, psychisch bin ich eh schon ein halbes.  
Dann hilft nur noch - Kopfschuss!!

---

---

Subject: Re: @Hanson  
Posted by [Omnimusha](#) on Mon, 14 Aug 2006 15:26:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Mink ,bei mir sieht es nach 6 Jahren Fin so aus das ich wieder eine sehr stark ausgeprägte Libido habe! Nur diese ED ist nicht weg ,habeauch seit die Libido wieder normal ist verstärkten Haarausfall so um die 50 am tag am ganzen kopf! Das mit der Libido war so vor 3 Monaten richtig schlimm! Ich war spitz nochmal was!

Was meinst du wirkt bei mir Propecia nicht mehr?

---

---

Subject: Re: @Omnimusha + Hanson  
Posted by [Mink](#) on Tue, 15 Aug 2006 05:23:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Omnimusha: Wenn Du weniger NW hast, in der Form, dass Deine Libido wieder stimmt, bedeutet das nicht, dass die Wirkung auch schlechter wird. Da gibt es keinen Zusammenhang.

Hanson: Du nimmst jetzt 6 Jahre Fin und machst Dir Sorgen, weil Du 1-2 Wochen auf die

---

L-Arginin-Wirkung warten musst. Ich wäre froh, wenn in einer Woche oder zwei meine Probleme gelöst wären. Zu Viagra: Wirkt nur bei sex. Erregung, dann (bei mir) aber bombastisch. Ist nicht mit L-Arginin zu vergleichen, ist ne ganz andere Liga. Ich habe mir auch schon Generika bestellt, die gut wirkt, rezeptfrei ist und vor allem viel billiger. Aber hier gibt es auch viel schwarze Schafe.

Ich bestelle hier:

<http://www.generika-apotheke.com/>

Eine halbe Tablette (100mg-Tabl.) ist das maximale, was Du nehmen solltest. Du kannst auch noch kleiner teilen und mit L-Arginin kombinieren.

Erklär mal Deiner Freundin, dass Du auch deswegen Deine Haare erhalten willst, um IHR zu gefallen und Du auch deswegen die NW auf Dich nimmst. Die Frauen hätten ja gern alles: Steht wie ne eins, volles Haar und, und, und

gruß  
Mink

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [propecia](#) on Thu, 17 Aug 2006 10:21:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich überlege gerade. Wenn die Libido nicht mehr so stark vorhanden ist, dann hängt das doch mit dem Testosteron zusammen, d.h. es müßte weniger Testosteron im Körper vorhanden sein. Sehe ich doch richtig, oder? Wenn aber weniger Testosteron im Körper ist, dann müßte das doch auch Auswirkungen auf den Bartwuchs haben, denn der hängt ja auch mit dem Testosteronspiegel zusammen. Nein, mein Bartwuchs hat sich nicht verlangsamt, ist nur eine Überlegung von mir. Wäre schön, wenn mir jemand sagen könnte, ob ich das richtig sehe.

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [MarcVen](#) on Thu, 17 Aug 2006 11:43:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

...schau mal hier im Thread, da gibt es einige interessante Informationen dazu... Libido hängt nicht alleine vom Tes ab... sonder ist wie so oft hochkomplex und kompliziert... wäre ja auch zu einfach...

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [what-to-do](#) on Sun, 20 Aug 2006 10:05:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.gmx.net/de/themen/lifestyle/liebe/sex/1631864,cc=>

Vielleicht ist ja hier was für den ein oder anderen dabei....

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)

Posted by [Azanor](#) on Mon, 21 Aug 2006 10:09:17 GMT

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

---

Hallo,

da ich bemerkt habe, dass sich hier viele leute tummeln, die ahnung haben , wollte ich meine Einschätzung abgeben.

Ich nehme Fin jetzt seit dem 1. Juni 06, also knapp 3 monate.

Ich kann nicht genau sagen, ob ich weniger Lust verspüre auf Sex, denn bisher hat sich meine lust (die sehr gross ist )nicht verringert. Nur manchmal denke ich er wird nicht mehr so steif, aber andererseits denke ich dann auch wieder, dass ich mir das nur einbilde...kann es nicht auch einfach viel mit dem Kopf zu tun haben? Ich versuche, seitdem ich meinen verstärkten Haarverlust bemerkt habe, immernoch positiv zu denken, aber das gelingt mir leider nicht mehr so gut

Zudem hab ich nochmal ne frage zu FIN: Ich weiss, dass es erst ab 6 monaten (ca) helfen soll, aber wenn es denn wirkt, was heisst es wirkt eher hinten? Vorne doch auch, nur die GEs nicht oder wie war das?

Man diese Drecks Haare gehen mir echt auf die Eier...

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)

Posted by [kkoo](#) on Mon, 21 Aug 2006 22:42:11 GMT

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

---

Azanor schrieb am Mon, 21 August 2006 12:09Hallo,

da ich bemerkt habe, dass sich hier viele leute tummeln, die ahnung haben , wollte ich meine Einschätzung abgeben.

Ich nehme Fin jetzt seit dem 1. Juni 06, also knapp 3 monate.

Ich kann nicht genau sagen, ob ich weniger Lust verspüre auf Sex, denn bisher hat sich meine lust (die sehr gross ist )nicht verringert. Nur manchmal denke ich er wird nicht mehr so steif, aber andererseits denke ich dann auch wieder, dass ich mir das nur einbilde...kann es nicht auch einfach viel mit dem Kopf zu tun haben? Ich versuche, seitdem ich meinen verstärkten Haarverlust bemerkt habe, immernoch positiv zu denken, aber das gelingt mir leider nicht mehr so gut

Zudem hab ich nochmal ne frage zu FIN: Ich weiss, dass es erst ab 6 monaten (ca) helfen soll, aber wenn es denn wirkt, was heisst es wirkt eher hinten? Vorne doch auch, nur die GEs nicht oder wie war das?

Man diese Drecks Haare gehen mir echt auf die Eier...

kann kopflastig sein mit dieser nebenwirkung...

wann u. wo und ob fin. dir hilft weisst du nur, wenn du es testest.

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [hairfighter](#) on Thu, 24 Aug 2006 20:36:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, habe auch ein wenig Probleme damit. Habe in letzter Zeit viele Erdnüsse gegessen und auf einmal war wieder alles Ok.  
Sehr komisch, kann das überhaupt sein????????????????????  
Bewirken Nüsse irgendetwas??????

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [pilos](#) on Sat, 26 Aug 2006 13:53:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hairfighter schrieb am Don, 24 August 2006 22:36Hallo, habe auch ein wenig Probleme damit.  
Habe in letzter Zeit viele Erdnüsse gegessen und auf einmal war wieder alles Ok.  
Sehr komisch, kann das überhaupt sein????????????????????  
Bewirken Nüsse irgendetwas??????

erdnüsse enthalten von allen lebensmitteln die größte menge arginin...

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [kkoo](#) on Sat, 26 Aug 2006 14:26:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sam, 26 August 2006 15:53hairfighter schrieb am Don, 24 August 2006 22:36Hallo, habe auch ein wenig Probleme damit. Habe in letzter Zeit viele Erdnüsse gegessen und auf einmal war wieder alles Ok.  
Sehr komisch, kann das überhaupt sein????????????????????  
Bewirken Nüsse irgendetwas??????

erdnüsse enthalten von allen lebensmitteln die größte menge arginin...

ca. 3,46 g auf 100g: da kann man sich das extra zeugs von amalui.de doch sparen...

---

---

Subject: Re: Libidoverlust Fin (Text)  
Posted by [hairfighter](#) on Sat, 26 Aug 2006 16:31:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@pilos: danke für deine Antwort.

Also ich denke jetzt doch, das irgendetwas dran ist an der Sache. Habe jetzt schon über 1 Woche keine Nüsse mehr gegessen und es ist schon wieder eine Verschlechterung bemerkbar.

Also nächste Woche kaufe ich mir ein paar Dosen Erdnüsse, aber auf jeden Fall. Wenns jetzt wieder besser wird, ists eindeutig.

Hätte ich aber nie gedacht.

Hat jemand eine ähnliche Erfahrung gemacht???????

---

---

Subject: Erdnüsse  
Posted by [Mink](#) on Sat, 26 Aug 2006 16:41:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ca. 3,46 g auf 100g: da kann man sich das extra zeugs von amalui.de doch sparen...

Pures L-Arginin ist aber nicht so eine Kalorienbombe wie Erdnüsse. Ausserdem: Irgendwann wird man die Nüsse nicht mehr sehen können.

---

---

Subject: Re: Erdnüsse  
Posted by [kkoo](#) on Sat, 26 Aug 2006 17:41:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mink schrieb am Sam, 26 August 2006 18:41 ca. 3,46 g auf 100g: da kann man sich das extra zeugs von amalui.de doch sparen...

Pures L-Arginin ist aber nicht so eine Kalorienbombe wie Erdnüsse. Ausserdem: Irgendwann wird man die Nüsse nicht mehr sehen können.

wenn man nur vor der glotze sitzt u. das zeug futtert, dann klar. und ich kann die noch sehen... u. muss ja auch nicht jeden tag sein.

---

Subject: Re: Erdnüsse

Posted by [hairfighter](#) on Sat, 26 Aug 2006 19:25:39 GMT

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

---

kkoo schrieb am Sam, 26 August 2006 19:41Mink schrieb am Sam, 26 August 2006 18:41ca.  
3,46 g auf 100g: da kann man sich das extra zeugs von amalui.de doch sparen...

Pures L-Arginin ist aber nicht so eine Kalorienbombe wie Erdnüsse. Ausserdem: Irgendwann wird man die Nüsse nicht mehr sehen können.

wenn man nur vor der glotze sitzt u. das zeug futtert, dann klar. und ich kann die noch sehen... u. muss ja auch nicht jeden tag sein.

Das ist klar, dass man nicht jeden Tag eine Dose isst. Aber ich habe so ca. eine 1/4 bis 1/2 Dose auf 2 Tage gegessen. Und ich liebe Erdnüsse. Zudem gelten ja ERDNÜSSE auch als Hirnnahrung

Kalorienbombe hin oder her, wenn mir das reicht, bleibe ich dabei. Wenn nicht, dann werden härtere Geschütze aufgefahren

---