Subject: kann man PANTOVIGAR N als ergänzung nehmen?
Posted by bullet23 on Sun, 13 Aug 2006 13:54:01 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

kennt einer von euch dieses aufbaupräperat? ich erhoffe mir dadurch kein HA stopp aber statt diese ganzen nem's zu nehmen, reicht auch nur das?

http://www.haar-ausfall.com/therapie/pantovigar/

weil es hat ja alle aufbaustoffe, die die haare brauchen, laut seite.

einer von euch schon mal davon gehört oder getestet? lohnt es sich?

Subject: Re: kann man PANTOVIGAR N als ergänzung nehmen?
Posted by pilos on Sun, 13 Aug 2006 14:16:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

bullet23 schrieb am Son, 13 August 2006 15:54kennt einer von euch dieses aufbaupräperat? ich erhoffe mir dadurch kein HA stopp aber statt diese ganzen nem's zu nehmen, reicht auch nur das?

http://www.haar-ausfall.com/therapie/pantovigar/

weil es hat ja alle aufbaustoffe, die die haare brauchen, laut seite.

einer von euch schon mal davon gehört oder getestet? lohnt es sich?

geldverschwendung und geldschneiderei....

Subject: Re: kann man PANTOVIGAR N als ergänzung nehmen?
Posted by bullet23 on Sun, 13 Aug 2006 15:56:55 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

welche 3 nem's sind denn die wichtigsten für die haare. kannst mir da ein tip geben?

Subject: Re: kann man PANTOVIGAR N als ergänzung nehmen?
Posted by kkoo on Sun, 13 Aug 2006 17:14:18 GMT

View Forum Message <> Reply to Message

bullet23 schrieb am Son, 13 August 2006 17:56welche 3 nem's sind denn die wichtigsten für die haare. kannst mir da ein tip geben?

so allgemein kann man es nicht sagen... wenn du keinen bestimmten mangel hast... eisen, zink, selen u. ausreichend vitamine sind sicherlich wichtig, aber eigentl. wird durch eine wirklich gesunde lebensweise alles abgedeckt.

Subject: Re: kann man PANTOVIGAR N als ergänzung nehmen?
Posted by Quick on Sun, 13 Aug 2006 20:48:22 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

kkoo schrieb am Son, 13 August 2006 19:14bullet23 schrieb am Son, 13 August 2006 17:56welche 3 nem's sind denn die wichtigsten für die haare. kannst mir da ein tip geben?

so allgemein kann man es nicht sagen... wenn du keinen bestimmten mangel hast... eisen, zink, selen u. ausreichend vitamine sind sicherlich wichtig, aber eigentl. wird durch eine wirklich gesunde lebensweise alles abgedeckt.

bei eisen würde ich vorsichtig sein, substitution nur nach vorheriger abklärung. selen,magnesium und vitamin c kannst du ohne bedenken nehmen. nicht zu hoch dosiert. selen 50-100mikrogramm, magnesium im tagesbedarf, und vitamin c bis 1000mg.

Quick