

---

Subject: Spermidin Kapseln

Posted by [Roko](#) on Sat, 19 Jun 2021 21:25:32 GMT

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

---

Laut Untersuchungen soll die natürliche Substanz Spermidin die Autophagie aktivieren. So werden eingedrungene Krankheitserreger, fehlerhafte Proteine oder nicht mehr funktionstüchtige Zellbestandteile abgebaut. Neben dem herzschtützenden Effekt soll die Substanz auch positive Wirkungen auf Haare haben. Hat irgend einer von Euch Erfahrungen mit der Substanz? Kann man so etwas als Ergänzung zu den BIG 3 nehmen?

---

---

Subject: Aw: Spermidin Kapseln

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 20 Jun 2021 04:07:14 GMT

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

---

Das Zeug kommt in einigen Nahrungsmitteln vor. Musst mal googlen.

---

---

Subject: Aw: Spermidin Kapseln

Posted by [pilos](#) on Sun, 20 Jun 2021 10:24:45 GMT

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

---

Roko schrieb am Sun, 20 June 2021 00:25 Laut Untersuchungen soll die natürliche Substanz Spermidin die Autophagie aktivieren. So werden eingedrungene Krankheitserreger, fehlerhafte Proteine oder nicht mehr funktionstüchtige Zellbestandteile abgebaut. Neben dem herzschtützenden Effekt soll die Substanz auch positive Wirkungen auf Haare haben. Hat irgend einer von Euch Erfahrungen mit der Substanz? Kann man so etwas als Ergänzung zu den BIG 3 nehmen?

versprich dir nicht zu viel ;)

---

---

Subject: Aw: Spermidin Kapseln

Posted by [Roko](#) on Sun, 20 Jun 2021 10:43:13 GMT

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

---

Ich nehme aktuell zweimal täglich Minoxidil gemischt mit Stemoxydine und alle 2 Tage Finasterid. Haarsatus scheint stabil zu sein, aber leider keine neuen Haare. Ist die Kombination in Ordnung? Was könnte man alternativ noch machen? Danke schon einmal für Eure Tipps.

---