
Subject: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 13 Feb 2024 18:59:57 GMT

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

Hallo,

Würde gerne wissen, ob das teure Pycnogenol sein sollte oder jedes andere Kiefernextrakt es auch tut? Ist Pycnogenol einfach nur standardisiert oder qualitativ besser?

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [pilos](#) on Tue, 13 Feb 2024 19:33:20 GMT

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

gar keines,, völlig überbewertet

kannst egal welches billigste OPC/Traubenkernextrakt nehmen...bringt genau so viel oder wenig

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 13 Feb 2024 19:45:11 GMT

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

Hm, irgendwie gab's ne Studie zu Tinnitus oder Hörsturz mit 150mg Pycnogenol. Das war wohl erfolgversprechend. Die Blutgefäße sollen gestärkt werden bzw. sollen sich bei Stress nicht so zusammenziehen.

<https://www.presseportal.de/pm/amp/58664/5470615>

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [pilos](#) on Tue, 13 Feb 2024 21:16:38 GMT

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

Fliesengott schrieb am Tue, 13 February 2024 20:45Hm, irgendwie gab's ne Studie zu Tinnitus oder Hörsturz mit 150mg Pycnogenol. Das war wohl erfolgversprechend. Die Blutgefäße sollen gestärkt werden bzw. sollen sich bei Stress nicht so zusammenziehen.

<https://www.presseportal.de/pm/amp/58664/5470615>

müsste man erst schauen was alles im Pycno drin ist...bzw.. in welcher Konzentration

den Pycno ist nur eine Bezeichnung für ein wildes Extrakt

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kieferrindenextrakt, egal welches?

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 13 Feb 2024 21:31:03 GMT

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

Hm, und wo bekommt man sie info? Könnte es doch wirken? Waa hältst du von der studie?

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kieferrindenextrakt, egal welches?

Posted by [pilos](#) on Wed, 14 Feb 2024 09:13:57 GMT

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

tinnitus ist eine frage von stress und/oder haltungsschäden.

einfach täglich 1-2h auf einen harten boden/brett und eine matze liegen und zum ablenken glotzen.....glotze über den kopf anbringen

wenn du nach 1h dich nicht mehr aufrichten kannst....dann weißt du beschied woran e liegt

nach 2 wochen schmerzen, ist der spuk vorbei.

was auch hilft ist hund/vogel plank ..aber ohne den vogel machen

3 min je seite alle 2 tage

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kieferrindenextrakt, egal welches?

Posted by [Fliesengott](#) on Wed, 14 Feb 2024 09:44:17 GMT

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

Gibts eigentlich was, was du nicht weißt? :d Vielen vielen Dank für die Tipps. Tinnitus ist schätzungsweise zu 70% Haltungsschaden (Geierhals und Hohlkreuz), zu schnell zu viel gewachsen. Kann es halt manipulieren den Tinnitus mit Kopfbewegungen etc, nach Brustschwimmen 2 Tage sehr schlimm, dazu Kieferproblematik, verspannt und Zähneknirschen. Die restlichen 30% kommen von moderaten Hörverlust durch Hörsturz.

Aber ganz kurz: hund/vogel plank, die Übung wo man auf allen vieren ist und arme und Beine nach vorne bzw hinten streckt ja? Und was meinst du damit "ohne Vogel"?

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [pilos](#) on Wed, 14 Feb 2024 10:04:26 GMT

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

Fliesengott schrieb am Wed, 14 February 2024 10:44Gibts eigentlich was, was du nicht weißt?
:d

jede menge sogar x(

Zitat:Aber ganz kurz: hund/vogel plank, die Übung wo man auf allen vieren ist und arme und Beine nach vorne bzw hinten streckt ja? Und was meinst du damit "ohne Vogel"?
ja, ohne arm anzuheben

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [Fliesengott](#) on Wed, 14 Feb 2024 10:17:34 GMT

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

Stimmt, Haarausfall stoppen und Neuwuchs :lol:

Okay, also nur beine nach hinten.

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [pilos](#) on Thu, 15 Feb 2024 09:32:10 GMT

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

Fliesengott schrieb am Tue, 13 February 2024 19:59Hallo,

Würde gerne wissen, ob das teure Pycnogenol sein sollte oder jedes andere kiefernextrakt es auch tut? Ist Pycnogenol einfach nur standartisiert oder qualitativ besser?
jedes andere kiefernextrakt tut es auch

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 15 Feb 2024 20:13:19 GMT

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

Okay, aber die bioverfügbarkeit ist wahrscheinlich lausig oder?

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [pilos](#) on Thu, 15 Feb 2024 20:17:32 GMT

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

Fliesengott schrieb am Thu, 15 February 2024 21:13Okay, aber die bioverfügbarkeit ist wahrscheinlich lausig oder?

gleich

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kieferrindenextrakt, egal welches?

Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 15 Feb 2024 20:36:33 GMT

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

Gleich lausig oder gleich gut? :lol:

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kieferrindenextrakt, egal welches?

Posted by [pilos](#) on Thu, 15 Feb 2024 20:48:13 GMT

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

Fliesengott schrieb am Thu, 15 February 2024 21:36Gleich lausig oder gleich gut? :lol:
;)

wird schon passen

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kieferrindenextrakt, egal welches?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 16 Feb 2024 11:41:57 GMT

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

Google mal nach: Padma28.

Ich glaube, das ist das, was du suchst ;)

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kieferrindenextrakt, egal welches?

Posted by [pilos](#) on Fri, 16 Feb 2024 11:59:35 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 16 February 2024 12:41Google mal nach: Padma28.

Ich glaube, das ist das, was du suchst ;)

pflanzenpulver keine extrakte :arrow:

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kieferrindenextrakt, egal welches?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 17 Feb 2024 08:25:33 GMT

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

pilos schrieb am Fri, 16 February 2024 12:59Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 16 February 2024 12:41Google mal nach: Padma28.

Ich glaube, das ist das, was du suchst ;) pflanzenpulver keine extrakte :arrow:

Extrakte wirken doch viel besser!

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kieferrindenextrakt, egal welches?

Posted by [pilos](#) on Sat, 17 Feb 2024 09:16:28 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 17 February 2024 09:25pilos schrieb am Fri, 16 February 2024 12:59Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 16 February 2024 12:41Google mal nach: Padma28.

Ich glaube, das ist das, was du suchst ;) pflanzenpulver keine extrakte :arrow:

Extrakte wirken doch viel besser!
eben und padmadings ist NUR pulver :arrow:

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kieferrindenextrakt, egal welches?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 17 Feb 2024 16:14:27 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 17 February 2024 10:16Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 17 February 2024 09:25pilos schrieb am Fri, 16 February 2024 12:59Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 16 February 2024 12:41Google mal nach: Padma28.

Ich glaube, das ist das, was du suchst ;) pflanzenpulver keine extrakte :arrow:

Extrakte wirken doch viel besser!
eben und padmadings ist NUR pulver :arrow:

Wie kommst du darauf, dass es nur Pulver ist?
Dafür ist das Zeug aber ganz schön teuer.
Kann ich mir nicht vorstellen.
Da muss doch Extrakt drin sein.
Es gibt auch einige Studien dazu:
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1340184/>

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [pilos](#) on Sat, 17 Feb 2024 16:23:08 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 17 February 2024 17:14pilos schrieb am Sat, 17 February 2024 10:16Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 17 February 2024 09:25pilos schrieb am Fri, 16 February 2024 12:59Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 16 February 2024 12:41Google mal nach: Padma28.

Ich glaube, das ist das, was du suchst ;)
pflanzenpulver keine extrakte :arrow:

Extrakte wirken doch viel besser!
eben und padmadings ist NUR pulver :arrow:

Wie kommst du darauf, dass es nur Pulver ist?

Dafür ist das Zeug aber ganz schön teuer.

Kann ich mir nicht vorstellen.

Da muss doch Extrakt drin sein.

Es gibt auch einige Studien dazu:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1340184/>

Zitat:Wir verwenden reine naturbelassene Pflanzenpulver – ohne Extrakte.

https://padma.de/produkte/padma28-active/?gad_source=1&gclid=EAIaIQobChMIjKwnuSyhAMV1pGDBx2ldApbEAAYASAAEgIR_fD_BwE

Subject: Aw: Unterschied Pycnogenol/Kiefernextrakt, egal welches?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 17 Feb 2024 17:17:20 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 17 February 2024 17:23Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 17 February 2024 17:14pilos schrieb am Sat, 17 February 2024 10:16Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 17 February 2024 09:25pilos schrieb am Fri, 16 February 2024 12:59Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 16 February 2024 12:41Google mal nach: Padma28.

Ich glaube, das ist das, was du suchst ;)
pflanzenpulver keine extrakte :arrow:

Extrakte wirken doch viel besser!
eben und padmadings ist NUR pulver :arrow:

Wie kommst du darauf, dass es nur Pulver ist?

Dafür ist das Zeug aber ganz schön teuer.

Kann ich mir nicht vorstellen.

Da muss doch Extrakt drin sein.

Es gibt auch einige Studien dazu:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/1340184/>

Zitat: Wir verwenden reine naturbelassene Pflanzenpulver – ohne Extrakte.
https://padma.de/produkte/padma28-active/?gad_source=1&gclid=EAlaIQobChMIjKwnuSyhAMV1pGDBx2IdApbEAAYASAAEgIR_fD_BwE

Krass!

Aber wenn es hilft, dann hilfts :idea:
