

---

Subject: L-Arginin notwendig?

Posted by [Mister82](#) on Thu, 26 Oct 2006 17:56:02 GMT

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

---

Hallo,

wollte mal wissen ob die Einnahme von L-Arginin auf den HA vorteilhaft ist. Soll ja Schwefel enthalten welches gut fürs Haar ist. Oder sollte man es nur nehmen wenn man Potenzprobleme hat. Welche ich durch die Einnahme von FIN nicht habe.

---

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [pilos](#) on Thu, 26 Oct 2006 18:15:16 GMT

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

---

Mister82 schrieb am Don, 26 Oktober 2006 19:56Hallo,

wollte mal wissen ob die Einnahme von L-Arginin auf den HA vorteilhaft ist. Soll ja Schwefel enthalten welches gut fürs Haar ist. Oder sollte man es nur nehmen wenn man Potenzprobleme hat. Welche ich durch die Einnahme von FIN nicht habe.

enthält kein schwefel....

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [Mister82](#) on Thu, 26 Oct 2006 18:16:09 GMT

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

---

und ist es sonst irgendwie vorteilhaft?

---

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 27 Oct 2006 08:13:28 GMT

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

---

Mister82 schrieb am Don, 26 Oktober 2006 20:16und ist es sonst irgendwie vorteilhaft?  
Soll Muskelaufbau und Fettverbrennung fördern und eine Arterien-schützende Wirkung haben (kann aber nicht sagen, ob letzteres mit Studien belegt worden ist).

Und so siehts aus:

---

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?  
Posted by [MarcWen](#) on Mon, 06 Nov 2006 14:19:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

u.a. für die Manneskraft

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?  
Posted by [Mink](#) on Tue, 07 Nov 2006 11:53:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Verbessert in erster Linie die Erektionsfaehigkeit. Aber ich kann auch auf jeden Fall bestaetigen, dass es sich sehr positiv auf den Muskelaufbau auswirkt. Schon leichtes Training bringt bei mir deutlich sichtbare Resultate, was frueher nicht der Fall war.

Gruss Mink

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?  
Posted by [MarcWen](#) on Tue, 07 Nov 2006 14:36:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das kann aber auch am Fin liegen..

Jedenfalls beobachte ich bei mir ähnliches... würde die Ursache aber eher beim Fin sehen...

---

Subject: @MarcWen  
Posted by [Mink](#) on Tue, 07 Nov 2006 14:47:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Denk ich nicht MarcWen. Fin nehme ich seit 10 Jahren. Aber erst, seit ich regelmaessig L-Arginin nehme merke ich die Veraenderung. Ausserdem werden Aminosaeuren (wie L-Arginin) bekanntermassen auch gern in der Bodybuilding-Szene benutzt.

Auf fast jeder Bodyb.-Webseite wird Dir auch L-Arginin angeboten.

Gruss Mink

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?  
Posted by [testuser](#) on Tue, 07 Nov 2006 22:43:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

I-arginin soll ja die vermehrung von herpes viren fördern und so deren ausbruch begünstigen. Kann da vielleicht jemand was dazu sagen?

---

Das Zeug kommt ja vor allem in Nüssen vor, hatte mal auf ner Seite gelesen, dass man weniger Nüsse essen soll, damit Herpes nicht ausbricht, glaube das nannte sich auch irgendwie arginin-diet oder so ähnlich, finds leider nich mehr..

---

---

Subject: Re: L-Arginin + Herpes  
Posted by [Mink](#) on Wed, 08 Nov 2006 06:19:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zu seiner Vermehrung benoetigt Herpes L-Arginin. Die Sensibilität hierzu ist allerdings unterschiedlich. Leute, die oft und schnell Herpes bekommen sollten einfach etwas weniger L-Arginin einnehmen. Bei halbwegs vernuenftiger EInnahme passiert nichts.

gruss  
Mink

<http://www.gesundheitstrends.de/service/selbsthilfe/lippen.p hp>

---

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?  
Posted by [MarcWen](#) on Thu, 09 Nov 2006 07:54:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

testuser schrieb am Die, 07 November 2006 23:43l-arginin soll ja die vermehrung von herpes viren fördern und so deren ausbruch begünstigen. Kann da vielleicht jemand was dazu sagen?

Das Zeug kommt ja vor allem in Nüssen vor, hatte mal auf ner Seite gelesen, dass man weniger Nüsse essen soll, damit Herpes nicht ausbricht, glaube das nannte sich auch irgendwie arginin-diet oder so ähnlich, finds leider nich mehr..

Das hatte ich vorher auch gelesen und auch etwas Bammel gehabt... Habe auch ca. 2-3mal im Jahr Probleme mit Herpes... Nase und Wange. Habe da keine Veränderung festgestellt und nehme wie gesagt seit über 6 Monaten regelmäßig L-Arginin... also nicht verrückt machen lassen... ausprobieren...

Übrigens gibt es beim Hausarzt sehr gute Tabletten, die extrem gut bei Herpes wirken... muß mal schauen, wie die heißen... sind immer 5 Stück pro Streifen... Wenn es anfängt zu jucken, 3mal täglich eine Tablette und der Herpes ist weg... echt genial... er bricht erst gar nicht aus. Cremes und Salben kannst du vergessen... habe mich da auch Jahre lang rumgeärgert... mit dem Tabletten kein Problem.

---

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [MarcWen](#) on Thu, 09 Nov 2006 07:59:02 GMT

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

---

MarcWen schrieb am Don, 09 November 2006 08:54testuser schrieb am Die, 07 November 2006 23:43l-arginin soll ja die vermehrung von herpes viren fördern und so deren ausbruch begünstigen. Kann da vielleicht jemand was dazu sagen?

Das Zeug kommt ja vor allem in Nüssen vor, hatte mal auf ner Seite gelesen, dass man weniger Nüsse essen soll, damit Herpes nicht ausbricht, glaube das nannte sich auch irgendwie arginin-diet oder so ähnlich, finds leider nich mehr..

Das hatte ich vorher auch gelesen und auch etwas Bammel gehabt... Habe auch ca. 2-3mal im Jahr Probleme mit Herpes... Nase und Wange. Habe da keine Veränderung festgestellt und nehme wie gesagt seit über 6 Monaten regelmäßig L-Arginin... also nicht verrückt machen lassen... ausprobieren...

Übrigens gibt es beim Hausarzt sehr gute Tabletten, die extrem gut bei Herpes wirken... muß mal schauen, wie die heißen... sind immer 5 Stück pro Streifen... Wenn es anfängt zu jucken, 3mal täglich eine Tablette und der Herpes ist weg... echt genial... er bricht erst gar nicht aus. Cremes und Salben kannst du vergessen... habe mich da auch Jahre lang rumgeärgert... mit dem Tabletten kein Problem.

Nachtrag: Seitdem ich die Tabletten gegen Herpes nehme (nur bei Verdacht oder im Anfangsstadium) hat sich mein Herpes auch extrem verbessert... trotz L-Arginin ist er faktisch weg.

---

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [testuser](#) on Fri, 10 Nov 2006 23:21:08 GMT

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

---

WAS SIND DAS FÜR WUNDERPILLEN!!??

---

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [tino](#) on Fri, 10 Nov 2006 23:26:30 GMT

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

---

es verbessert die endothelfunktion!

---

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [MarcWen](#) on Sat, 11 Nov 2006 13:44:27 GMT

---

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

---

Keine Wunerpillen

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [testuser](#) on Sat, 11 Nov 2006 22:59:57 GMT

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

---

mein doch nur den namen von dem zeuch!

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 14 Nov 2006 16:45:47 GMT

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

---

Ich habe jetzt das basische L-Arginin Pulver hier. Und wenn ich dran rieche, dann weiss ich auch, warum es für mehr Sperma sorgt! Hat noch keiner dran geschnüffelt?

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [torty](#) on Wed, 15 Nov 2006 13:05:31 GMT

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

---

also kann ich das Zeug auch nehmen ohne Potenzprobleme und co.? Scheint ja nicht zu schaden

---

Subject: Re: L-Arginin notwendig?

Posted by [Unkreativer](#) on Wed, 15 Nov 2006 13:11:48 GMT

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

---

torty schrieb am Mit, 15 November 2006 14:05also kann ich das Zeug auch nehmen ohne Potenzprobleme und co.? Scheint ja nicht zu schaden

jep

---