
Subject: @Tino Melatonin

Posted by [Foxi](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:06:42 GMT

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

Experten warnen

Kurze Zeit eingenommen, wie bei Jetlag, gilt Melatonin zwar inzwischen als sicher. Die Risiken bei Langzeiteinnahme sind aber noch kaum untersucht. Über Nebenwirkungen können nur Vermutungen angestellt werden. Da der Körper das Melatonin von außen zugeführt bekommt, stellt er eventuell die eigene Produktion ein. Hinzu kommt, daß es bisher keine streng geprüften Arzneimittel gibt, sondern nur kaum kontrollierte Nahrungsergänzungsmittel. Welche Produkte qualitativ gut sind, ist selbst für Fachleute schwer festzustellen. Auch ist die Halbwertszeit des Melatonins selbst zu kurz um therapeutisch angewandt zu werden. Moderne Formulierungen halten die Konzentration im Blut über sechs Stunden auf einem Niveau, das Schlaf verspricht.

Es gibt Anhaltspunkte dafür, dass die Einnahme für Epileptiker und Parkinsonpatienten, sowie für Menschen die Blutgerinnungshemmer einnehmen, nicht ungefährlich ist. Auch ist durch die vermehrte Bildung weißer Blutkörperchen die Gefahr einer Leukämie erhöht.

Nebenwirkungen:

Einer holländischen Studie zufolge kann es nach Melatonineinnahme zu Augenschäden im Sinne von Netzhautablagerungen kommen. Das Hormon kann zum einen zu Hodenverkleinerung führen, zum anderen wirkt es in hoher Dosierung nahezu wie "die Pille", also empfängnisverhütend

Einige Hersteller bieten seit kurzer Zeit Kosmetika mit Melatonin an. Auch hiervor sei gewarnt, da ein Nutzen nicht nachgewiesen ist und das Melatonin möglicherweise auch über die Haut ins Blut gelangt und unerwünschte Nebenwirkungen hervorruft.

Europa schützt Verbraucher mehr als USA

Melatonin ist ein Hormon und Hormone werden in Europa als Arzneimittel eingestuft, da sie einen erheblichen Einfluss auf den Körper haben. Da kein Hersteller bisher Studien vorlegt hat, in denen Nutzen und Risiken von Melatonin-Präparaten ausreichend dokumentiert sind, gibt es zur Zeit kein offiziell zugelassenes Arzneimittelpräparat in Europa.

Die auf dem Markt befindlichen Präparate stammen aus Übersee, meistens aus Amerika, wo sie nicht als Hormon, sondern als Nahrungsergänzungsmittel eingestuft werden und in Drogerien frei verkauft werden können. Aber auch die Einfuhr dieser Produkte ist in Deutschland nur auf Rezept durch eine Apotheke zulässig.

Die freizügigere Haltung in den USA, liegt allerdings nicht an einer positiveren Einschätzung der Substanz, sondern an einer, von Europa abweichenden rechtlichen Situation. Sehr zum Leidwesen der amerikanischen Arzneimittelbehörde FDA (Food and Drug Administration). Die Lobbyisten der Nahrungsergänzungshersteller hebellen 1994 das in den USA seit 1985 bestehende Verbot des freien Verkaufs auf, weil Nahrungsergänzungen definitionsgemäß die

Nahrung ergänzen und keine Krankheiten heilen sollen. Was die Hersteller allerdings nicht daran hindert illegal im Internet und in Broschüren, die getrennt (!) von ihren Produkten verteilt werden, die Heilwirkungen ihrer Präparate auszuloben.

Seitdem muss die Arzneimittelbehörde FDA nun, bevor sie ein Nahrungsergänzungsmittel verbieten kann, selbst nachweisen, dass es Schaden anrichtet. Im Gegensatz dazu muss in Europa der Hersteller belegen, dass sein Produkt nicht schädlich ist, bevor es auf den Markt darf. Allerdings ist die innereuropäische Zusammenarbeit noch nicht soweit gediehen und so kursieren auch in Deutschland immer wieder illegale Nahrungsergänzungsmittel, deren Hersteller im benachbarten Ausland sitzen und rechtlich nicht fassbar sind.

Illegal werden Melatonin-Präparate ohne Rezept auf dem grauen Markt der angeboten. Falls Sie vom Angebot eines illegalen Internet-Angebots Gebrauch machen, bedenken Sie:

Die gelieferten Tabletten können eine Fälschung sein.

Sie haben keinerlei Haftungsansprüche bei Schäden.

Das Paket kann vom Zoll beschlagnahmt werden und Sie gehen leer aus.

<http://www.optipage.de/melatonin.html>

Subject: Re: @Tino Melatonin

Posted by [tino](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:14:49 GMT

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

Hey Foxy

Glaubst du ernsthaft das ich mich von Illu-zitaten wo steht "experten warnen" beeindruckt lassen.Sieh mal,..wenn ich diese Herren dort fragen würde ob Melatoninrezeptoren in der Kopfhaut exprimiert sind,und welche antioxidativen Enzyme es denn moduliert,..dann würden die es mir nicht beantworten können.

Richtige Experten denken,und schreiben ganz anders über dieses wundersame,lebensverlängernde,antikarzinogene Hormon.

<http://www.immunityageing.com/content/pdf/1742-4933-2-17.pdf>

Ein Geschenk der Götter,..ein Teil der Jugend!

Glaub doch nicht immer alles was ins Web gekriggelt wird...

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [tino](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:17:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Europa schützt Verbraucher mehr als USA

Wusste ich ja gar nicht.Ich dachte immer die DGE schafft sich durch ihre Empfehlungen viele neue Betten in Krebskliniken.....

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [pilos](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:18:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bis jetzt hat es noch keinem geschadet.....und die deutschen schützen nicht die verbraucher sondern die apotheker verbände.....

Einer holländischen Studie zufolge kann es nach Melatonineinnahme zu Augenschäden im Sinne von Netzhautablagerungen kommen. Das Hormon kann zum einen zu Hodenverkleinerung führen, zum anderen wirke es in hoher Dosierung nahezu wie "die Pille", also empfängnisverhütend.

melatonin istzumindest einkörpereigenes hormon....

und Fin ist besser oder was.....verursacht keine schäden....

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [Foxi](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:20:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was heist glauben? man liest sich halt durch was so alles gemunkelt wird!

Dein Link in allen ehren! bos mein Englisch bäääähhhhh

P.s
deine Quelle von gestern für Melatonin (Vitaminusa) wie sicher kann man dort bestellen? Was machen die Abfangjäger:-)Zoll?

Foxi

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [tino](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:21:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da steht soviel gelogener Müll, das mir gleich übel geworden ist! Ich möchte das erst gar nicht kommentieren, ...schämen sollten die sich!

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [Foxy](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:21:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Der Körper stellt eventuell die eigene Melatonin Produktion ein wenn man künstlich.....hmmmmmm

Quatsch?

Foxy

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [tino](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:24:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"und Fin ist besser oder was.....verursacht keine Schäden..."

Genau das habe ich mir gerade auch gedacht!

Bei Finasterid und Vit D,..ein frei verkäufliches Hormon das eine Hypercalcimie auslösen kann, wird nicht vom Tier auf den Menschen geschlossen, wie es diese Freaks ja hier tun, ...bz der Hodenverkleinerung an Babyratten unter fast lethalen Dosen. Finasterid hat die Rattenp..... noch 100 mal kleiner gemacht!

Subject: Melatonin Quellen?
Posted by [Foxy](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:24:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wo bestellt ihr so?

Foxy

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [tino](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:26:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alles Quatsch,..tut er doch bei dem Hormon Vit D auch nicht(Produktion einstellen)!Vitaminusa liefert meines wissens zuverlässig.

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [Gast](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:31:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Mon, 19 Dezember 2005 20:26Alles Quatsch,..tut er doch bei dem Hormon Vit D auch nicht(Produktion einstellen)!Vitaminusa liefert meines wissens zuverlässig.

Hallo Tino,

ist das

<http://www.fitnessfirstusa.com/details.asp>

nicht das gleiche für wesentlich weniger Geld?

Sancho

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [Gast](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:33:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.fitnessfirstusa.com/details.asp?item=8189>

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [tino](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:36:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Sanco

Auf deiner Seite war aber kein Melatonin,..oder?Da stand was von NO,..abernichts von Melatonin.

Ich meine das hier <http://www.vitaminusa.com/howmelatonin.html>

gruss Tino

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [pilos](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:36:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sancho pansa schrieb am Mon, 19 Dezember 2005 20:33

<http://www.fitnessfirstusa.com/details.asp?item=8189>

usa ist immer kompliziert...warum nicht

qhi.co.uk?

<http://qhi.co.uk/list.asp?r=850>

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [tino](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:37:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh ja,..das ist billig und hat 3 mg.

gruss Tino

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [Gast](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:38:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.fitnessfirstusa.com/details.asp?item=8189>

Das war der richtige Link. Es ist dieselbe Firma, aber viel billiger.

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [Gast](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:41:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Mon, 19 Dezember 2005 20:36
usa ist immer kompliziert...warum nicht

Die Adresse Tinos liefert auch ab USA, wenn ich mich nicht irre

pilos schrieb am Mon, 19 Dezember 2005 20:36
qhi.co.uk?
<http://qhi.co.uk/list.asp?r=850>

Sehr hoher Mindestbestellwert.

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [pilos](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:43:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sancho pansa schrieb am Mon, 19 Dezember 2005 20:41pilos schrieb am Mon, 19 Dezember 2005 20:36
usa ist immer kompliziert...warum nicht

Die Adresse Tinos liefert auch ab USA, wenn ich mich nicht irre

pilos schrieb am Mon, 19 Dezember 2005 20:36
qhi.co.uk?
<http://qhi.co.uk/list.asp?r=850>

Sehr hoher Mindestbestellwert.

das stimmt...aber man wird ja nicht nur melatonin kaufen...die haben auch andere interessante sachen...und aus den USA ist es immer so ne geschichte ...mal klappts mal nicht.....

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [Gast](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:43:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ach ja, Pilos, deine Vitamin E Empfehlung, kannst Du mir sagen, in welcher Form man es beziehen kann?

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [tino](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:47:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also qhi.co.uk sind eigentlich sehr seriös,..ich erinnere mich an Yellow,..ein damals angehender Dr Pharm der auch immer dort sein Finasterid bestellt hat.Er hatte ganz sicher nicht überall bestellt.

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [pilos](#) on Mon, 19 Dec 2005 19:58:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sancho pansa schrieb am Mon, 19 Dezember 2005 20:43Ach ja, Pilos, deine Vitamin E Empfehlung, kannst Du mir sagen, in welcher Form man es beziehen kann?

https://www.duft-und-schoenheit.de/index.php?Kategorie_ID=85 &Artikel_ID=496

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [Foxy](#) on Mon, 19 Dec 2005 20:27:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sind 3mg nicht zuviel?

Hab vorhin beim Googeln so Forum gefunden wo einige meinten das 1mg völlig ausreichend ist!
Ein paar haben geklagt über ne matschige Birne!
haben aber erst damit angefangen!

P.s
Gut schlafen mit Melatonin

wie sieht es da mit Johanniskraut aus? es gab ja hier mal die Diskussion das Johannis. die Fin Wirkung hemmt!
Stimmt das?
Ich meine wegen meiner 4Schicht da hab ich oft Probleme mit schlecht schlafen!

Foxy

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [pilos](#) on Mon, 19 Dec 2005 20:31:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Foxi schrieb am Mon, 19 Dezember 2005 21:27: Sind 3mg nicht zuviel?
Hab vorhin beim Googeln so Forum gefunden wo einige meinten das
1mg völlig ausreichend ist!
Ein paar haben geklagt über ne matschige Birne!
haben aber erst damit angefangen!

P.s
Gut schlafen mit Melatonin

können für manche in der tat zu viel sein!

Zitat: wie sieht es da mit Johanniskraut aus? es gab ja hier mal die
Diskussion das Johannis. die Fin Wirkung hemmt!
Stimmt das?

das stimmt... ausserdem ist Johanniskraut selbst ein lustdämpfer.

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [gabriel](#) on Mon, 19 Dec 2005 21:02:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also die ganz billigen aus den usa sind schrott,
da ist kein melatonin drin, hab mal welches
analysieren lassen, und einmal war es sogar mit
DHEA kombiniert, albsoluter schrott weil das eine morgens
und das andere abends eingenommen wird, also ich
würde renommierte hersteller bevorzugen und dann aus einem eg-land

Subject: Re: Melatonin Quellen?
Posted by [Quick](#) on Mon, 19 Dec 2005 22:17:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich hab wieder mal von ebay bestellt, heute angekommen, 240tbl. inkl. versand 13Euro oder so,
von puritans pride. hatte natürlich ein rezept von meinem behandelnden arzt für das

melatonin.

Quick

Subject: Hört sich schon wesentlich besser an!!
Posted by [Foxy](#) on Tue, 20 Dec 2005 16:48:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Werd gleich bestellen!

3mg von <http://www.qhi.co.uk/???>

oder soll ich die 1mg Tabs bestellen und eventuell aufstocken
auf 2Tabs wenn 1mg zu wenig ist?

Foxy

Subject: Wer schluckt eigentlich schon Melatonin? und was....
Posted by [Foxy](#) on Tue, 20 Dec 2005 17:04:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ist anderst?(Gesundheitlich)
Merkt ihr was das es euch besser geht?

oder sonst irgend was positives !!?

Würde mich intresieren!

Foxy

Subject: Re: @Tino Melatonin ot
Posted by [Searcher](#) on Tue, 20 Dec 2005 18:10:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Subject: Re: @Tino Melatonin
Posted by [Searcher](#) on Tue, 20 Dec 2005 18:12:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Mon, 19 Dezember 2005 20:37Oh ja,..das ist billig und hat 3 mg.

gruss Tino

Ja aber nur 60 Pillen ,deine Adresse 180 für den doppelten Preis.
