
Subject: Wie L-Arginin Pulver abwiegen
Posted by [Mister82](#) on Wed, 13 Dec 2006 22:59:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo, will das L-Arginin Pulver bestellen. Mich würde jetzt nur mal interessieren, wie ihr eure 2-3 Gramm abwägt. Oder macht ihr das nach Gefühl?

Subject: Re: Wie L-Arginin Pulver abwiegen
Posted by [MarcWen](#) on Thu, 14 Dec 2006 11:10:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nach Gefühl... kauf dir entsprechende Kapseln... da kann man entweder einmal abwiegen oder nach Physik abschätzen, wieviel darein kommt und passen sollte... dann kann man seine Dosis einstellen... nehme aktuell 3-4 Kapseln von den ganz großen...

Die Dosi von 2-3g pro Tag ist ja auch schon sehr allgemein... nicht zu vergleichen mit Fin, wo man sehr genau arbeiten sollte.

Subject: Re: Wie L-Arginin Pulver abwiegen
Posted by [Ghostwriter](#) on Thu, 14 Dec 2006 17:03:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nach Gefühl reicht völlig. Ich nehme immer 2 bis 3 Teelöffel. Ob das jetzt 3 oder 5 Gramm sind, ist m.E. wurscht.

Die Verwendung von Kapseln ist empfehlenswert, denn dann merkt man den absolut widerlichen Geschmack von Arginin nicht...

Also hau rein, die Wirkung macht den ekligen Geschmack mehr als wett....

Subject: Re: Wie L-Arginin Pulver abwiegen
Posted by [Unkreativer](#) on Thu, 14 Dec 2006 17:04:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ghostwriter schrieb am Don, 14 Dezember 2006 18:03Nach Gefühl reicht völlig. Ich nehme immer 2 bis 3 Teelöffel. Ob das jetzt 3 oder 5 Gramm sind, ist m.E. wurscht.

Die Verwendung von Kapseln ist empfehlenswert, denn dann merkt man den absolut widerlichen Geschmack von Arginin nicht...

Also hau rein, die Wirkung macht den ekligen Geschmack mehr als wett....
Also ein gehäufelter Teelöffel dürfte so ca. 3-4g haben!

Subject: Re: Wie L-Arginin Pulver abwiegen
Posted by [MarcWen](#) on Fri, 15 Dec 2006 09:15:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Unkreativer schrieb am Don, 14 Dezember 2006 18:04Ghostwriter schrieb am Don, 14 Dezember 2006 18:03Nach Gefühl reicht völlig. Ich nehme immer 2 bis 3 Teelöffel. Ob das jetzt 3 oder 5 Gramm sind, ist m.E. wurscht.

Die Verwendung von Kapseln ist empfehlenswert, denn dann merkt man den absolut widerlichen Geschmack von Arginin nicht...

Also hau rein, die Wirkung macht den ekligen Geschmack mehr als wett....
Also ein gehäufelter Teelöffel dürfte so ca. 3-4g haben!

Subject: Re: Wie L-Arginin Pulver abwiegen
Posted by [Ghostwriter](#) on Fri, 15 Dec 2006 09:32:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gehäufte schaff ich nicht. Meine Teelöffel sind auch ziemlich klein. Lass es also 10 Gramm sein. Bei mir völlig unproblematisch - im Gegenteil.

Dazu sagen muss ich, aber dass ich noch nie Herpes o.ä. hatte und keinerlei Veranlagung dazu habe. Hohe Dosen von Arginin können ja angeblich Herpes fördern.

Gruß

M.

Subject: Re: Wie L-Arginin Pulver abwiegen
Posted by [MarcWen](#) on Fri, 15 Dec 2006 11:19:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ghostwriter schrieb am Fre, 15 Dezember 2006 10:32Gehäufte schaff ich nicht. Meine Teelöffel sind auch ziemlich klein. Lass es also 10 Gramm sein. Bei mir völlig unproblematisch - im Gegenteil.

Dazu sagen muss ich, aber dass ich noch nie Herpes o.ä. hatte und keinerlei Veranlagung dazu habe. Hohe Dosen von Arginin können ja angeblich Herpes fördern.

Gruß

M.

Das mit dem Herpes sehe ich auch gelassen... war sonst immer anfällig...2-3mal im Jahr nen schönen Fleck an der Wange... komischerweise seit 9 Monaten L-Arginin noch keine Probleme wieder gehabt...

Subject: Re: Wie L-Arginin Pulver abwiegen
Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 15 Dec 2006 13:42:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

MarcWen schrieb am Fre, 15 Dezember 2006 12:19Ghostwriter schrieb am Fre, 15 Dezember 2006 10:32Gehäufte schaff ich nicht. Meine Teelöffel sind auch ziemlich klein. Lass es also 10 Gramm sein. Bei mir völlig unproblematisch - im Gegenteil.

Dazu sagen muss ich, aber dass ich noch nie Herpes o.ä. hatte und keinerlei Veranlagung dazu habe. Hohe Dosen von Arginin können ja angeblich Herpes fördern.

Gruß

M.

Das mit dem Herpes sehe ich auch gelassen... war sonst immer anfällig...2-3mal im Jahr nen schönen Fleck an der Wange... komischerweise seit 9 Monaten L-Arginin noch keine Probleme wieder gehabt...

Offtopic:

Hey Marc, wie ich sehe bist Du Mathematiker! Hast Du nicht ein paar Logik-Knobelaufgaben für Otto und mich?

Subject: Re: Wie L-Arginin Pulver abwiegen
Posted by [MarcWen](#) on Sat, 16 Dec 2006 18:00:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Unkreativer schrieb am Fre, 15 Dezember 2006 14:42MarcWen schrieb am Fre, 15 Dezember 2006 12:19Ghostwriter schrieb am Fre, 15 Dezember 2006 10:32Gehäufte schaff ich nicht. Meine Teelöffel sind auch ziemlich klein. Lass es also 10 Gramm sein. Bei mir völlig unproblematisch - im Gegenteil.

Dazu sagen muss ich, aber dass ich noch nie Herpes o.ä. hatte und keinerlei Veranlagung dazu habe. Hohe Dosen von Arginin können ja angeblich Herpes fördern.

Gruß

M.

Das mit dem Herpes sehe ich auch gelassen... war sonst immer anfällig...2-3mal im Jahr nen schönen Fleck an der Wange... komischerweise seit 9 Monaten L-Arginin noch keine Probleme wieder gehabt...

Offtopic:

Hey Marc, wie ich sehe bist Du Mathematiker! Hast Du nicht ein paar Logik-Knobelaufgaben für Otto und mich?

wie kommst denn jetzt darauf? Ich hatte mal auf meiner alten HP ein paar wirklich nette Aufgaben... anschaulich und mit Suchtfaktor

Ach übrigens noch mal OnTopic:

Wer Probleme mit Herpes hat, sollte man sich Aciclovir verschreiben lassen... bekommt man auch beim Hausarzt...

Beim ersten Verdacht oder Jucken einfach 3-5 Tabletten am Tag nehmen (insgesamt 1 Tag lang) und der Herpes bricht erst gar nicht aus... das Zeug ist echt genial... hab jahrelang mit Cremes und Salben versucht... alles mist... war teilweise so verzweifelt und habe es versucht mit After Shave auszuätzen... alles nix geholfen... bis auf die Tabletten... der Tip damals vom 5. oder 6. Hautarzt war Gold wert
