
Subject: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Raiders-Fan](#) on Sun, 17 Dec 2006 14:33:17 GMT

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

Mal von den Haaren abgesehn dass die schneller wachsen. Meine Fingernägel wachsen auch viel schneller was aber nervt. Ich friere auch sogut wie garnicht mehr. Ausserdem hatte ich jahrelang mit Sodbrennen zu kämpfen : jezt ist es völlig weg. Muskelkater nach dem Krafttraining habe auch nicht mehr.

Ist doch toll oder ? Selbst wenn es für die Haare garnichts bringen würde, würde ich aufgrund der anderen Wirkungen weiternehmen !

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Figaro03](#) on Sun, 17 Dec 2006 14:35:54 GMT

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

Zitat:Meine Fingernägel wachsen auch viel schneller was aber nervt. Ich friere auch sogut wie garnicht mehr. Ausserdem hatte ich jahrelang mit Sodbrennen zu kämpfen : jezt ist es völlig weg. Muskelkater nach dem Krafttraining habe auch nicht mehr.

LOL

das gleiche habe ich auch. Allerdings hätte ich niemals gesagt, dass es von MSM kommt. Nehme das nur "zufällig" wegen Gelenken.

frieren: Es ist nicht kalt.

Muskelkater: ich mache langsam mit den Übungen.

Fingernägel: schon immer so schnell gewachsen (besonders unter Arginin)

Ich glaube nicht, dass MSM mir irgendwas besonders bringt.. zumindestens nicht spürbares. Meine Meinung...

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Figaro03](#) on Sun, 17 Dec 2006 14:45:47 GMT

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

hey, aber okay.

ich meine womöglich ist dsa wirklich kein Zufall. Ich werde jetzt mich das nächste Mal beim Sport total überlasten. Bin gespannt, ob es wirklich was bringt...

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Alana](#) on Sun, 17 Dec 2006 19:07:53 GMT

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

Hallo,
eine Frage wieviel MSM nehmt ihr am Tag ?
Ich nehme 3 x tägl. 1 Kapsel und Wirkung - kann ich nicht sagen -!
Ein Freund von mir nimmt auch auf mein anraten MSM und hat bis jetzt auch garnichts bemerkt.

Viele Grüße
Alana

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [Padme](#) on Sun, 17 Dec 2006 19:16:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alana schrieb am Son, 17 Dezember 2006 20:07Hallo,
eine Frage wieviel MSM nehmt ihr am Tag ?
Ich nehme 3 x tägl. 1 Kapsel und Wirkung - kann ich nicht sagen -!
Ein Freund von mir nimmt auch auf mein anraten MSM und hat bis jetzt auch garnichts bemerkt.

Viele Grüße
Alana

Die Frage ist: Was erwartet man sich davon? Haarausfallstop und Neuwuchs? Ich kann mir nicht vorstellen, dass MSM dazu führt.

Bei Warnkevitale.com äußert man sich in punkto Haut und Haare folgendermaßen dazu

Zitat:Wirkung auf die Kollagensynthese (Haut, Haare, Nägel)
Methyl-Sulfonyl-Methan ist notwendig für die Kollagensynthese in der Haut, in den Haaren und in den Finger- und Fußnägeln. MSM kann hierdurch verhindern, dass die Zellen inflexibel und hart werden, d. h. MSM erhöht die Elastizität der Haut. Auch bei Akne, Rosacea, Ekzeme, Verbrennungen, altersbedingten Hautveränderungen und überschießendem Narbengewebe kann MSM die Haut aufgrund dieser Wirkung weicher und ansehnlicher machen, wobei es zusätzlich die Wundheilung fördert. Darüber hinaus wird MSM (in Cremeform) auch bei Sklerodermie, einer Autoimmunerkrankung, bei der die Haut und das Bindegewebe abnorm hart und steif werden, erfolgreich eingesetzt, da hierdurch das betroffene Gewebe wieder elastischer und weicher wird.

Nicht zu unrecht wird MSM auch häufig als das Schönheitsmineral bezeichnet, da es dem Haar zu mehr Glanz verhilft und die Haut weicher und elastischer wirken lässt.

Im Grunde wieder etwas, was helfen könnte, aber - zumindest beim hier angestrebten Ziel - doch wieder nur sinnlos Geld aus der Tasche zieht. Ich denke hierbei an Kieselerde, Biotin und wie sie alles heißen. Et glänzt ein bissi mehr, wenn man Glück hat, aber sonst????

LG
Padme

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Pansen](#) on Sun, 17 Dec 2006 19:38:32 GMT

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

ich hab ca 6 Monate 1g MSM täglich genommen, hat aber gar nix gebracht. jedenfalls is mir nichts aufgefallen.

aber vielleicht haben ja meine haare gegläntzt und ich wusste es gar nicht??

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Padme](#) on Sun, 17 Dec 2006 20:11:29 GMT

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

Da fällt mir noch so eine These von warnkevital.com ein....

Zitat:Da sich die Präparate MSM und Glucosamin & Chondroitin sinnvoll ergänzen, wird zur Linderung bei Gelenkbeschwerden die kombinierte Einnahme beider Präparate von Orthopäden häufig empfohlen.

Ich mein', vielleicht ist da ja wirklich irgendwas dran, vielleicht hilft das gut im Alter oder bei massiven Gelenkbeschwerden, ich hab mich damit noch nicht weiter befasst. Klingt dennoch für mich wie "Wenn schon DIESES Placebo, warum nicht gleich DAS hier noch dazu"

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Figaro03](#) on Sun, 17 Dec 2006 20:15:02 GMT

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

Zitat:

Da sich die Präparate MSM und Glucosamin & Chondroitin sinnvoll ergänzen, wird zur Linderung bei Gelenkbeschwerden die kombinierte Einnahme beider Präparate von Orthopäden häufig empfohlen.

Glucosamin & Chondroitin ist kein Plazebo! Gibt es sowohl Studien dazu, und genauso kann ich hier nach 3 Monaten Einnahme eine seeeeeehr gute Verbesserung feststellen. So gut wie kein Gelenkknacken mehr!

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [chrisan](#) on Mon, 18 Dec 2006 10:28:07 GMT

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

eine Wirkung auf die Haare kann ich auch nicht feststellen (da noch andere Mittel mit im Spiel sind) ... aber eine erhebliche Besserung von meinen Problemen mit Gelenken/Rücken kann ich bestätigen!

Gruß

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Quick](#) on Mon, 18 Dec 2006 22:44:42 GMT

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

Padme schrieb am Son, 17 Dezember 2006 20:16Alana schrieb am Son, 17 Dezember 2006 20:07Hallo,

eine Frage wieviel MSM nehmt ihr am Tag ?

Ich nehme 3 x tägl. 1 Kapsel und Wirkung - kann ich nicht sagen -!

Ein Freund von mir nimmt auch auf mein anraten MSM und hat bis jetzt auch garnichts bemerkt.

Viele Grüße

Alana

Die Frage ist: Was erwartet man sich davon? Haarausfallstop und Neuwuchs? Ich kann mir nicht vorstellen, dass MSM dazu führt.

Bei Warnkevital.com äußert man sich in punkto Haut und Haare folgendermaßen dazu

Zitat:Wirkung auf die Kollagensynthese (Haut, Haare, Nägel)

Methyl-Sulfonyl-Methan ist notwendig für die Kollagensynthese in der Haut, in den Haaren und in den Finger- und Fußnägeln. MSM kann hierdurch verhindern, dass die Zellen inflexibel und hart werden, d. h. MSM erhöht die Elastizität der Haut. Auch bei Akne, Rosacea, Ekzeme, Verbrennungen, altersbedingten Hautveränderungen und überschießendem Narbengewebe kann MSM die Haut aufgrund dieser Wirkung weicher und ansehnlicher machen, wobei es zusätzlich die Wundheilung fördert. Darüber hinaus wird MSM (in Cremeform) auch bei Sklerodermie, einer Autoimmunerkrankung, bei der die Haut und das Bindegewebe abnorm hart und steif werden, erfolgreich eingesetzt, da hierdurch das betroffene Gewebe wieder elastischer und weicher wird.

Nicht zu unrecht wird MSM auch häufig als das Schönheitsmineral bezeichnet, da es dem Haar zu mehr Glanz verhilft und die Haut weicher und elastischer wirken lässt.

Im Grunde wieder etwas, was helfen könnte, aber - zumindest beim hier angestrebten Ziel - doch wieder nur sinnlos Geld aus der Tasche zieht. Ich denke hierbei an Kieselerde, Biotin und wie sie alles heißen. Et glänzt ein bissi mehr, wenn man Glück hat, aber sonst????

LG

Padme

auf die aussage von warnke vital würde ich nicht soviel wert legen, sie informieren nur über die funktion von msm, also was es bewirkt. das ist so wie wenn msd über finasterid schreibt: durch die hemmung der 5AR typ 2 wird dht gehemmt und einer verkrümmung der haare vorgebeugt, ihre haare fallen nicht mehr aus und wachsen nach

ich will damit andeuten das msm diese ganzen von warnkevital genannten sachen auch so tud, ohne das man es in diesen dosen einnimmt, die frage ist doch viel mehr wie groß das defizit ist, und was für lebensgewohnheiten man hat.

einen richtigen vorteil von den ganzen hochdosierten antioxidativen nem und medis haben glaube

ich nur die leute die besonders mit freien radikalen belastet sind, wie z.b raucher.

Quick

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 19 Dec 2006 00:38:16 GMT

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

Quick schrieb am Mon, 18 Dezember 2006 23:44Padme schrieb am Son, 17 Dezember 2006

20:16Alana schrieb am Son, 17 Dezember 2006 20:07Hallo,

eine Frage wieviel MSM nehmt ihr am Tag ?

Ich nehme 3 x tägl. 1 Kapsel und Wirkung - kann ich nicht sagen -!

Ein Freund von mir nimmt auch auf mein anraten MSM und hat bis jetzt auch garnichts bemerkt.

Viele Grüße

Alana

Die Frage ist: Was erwartet man sich davon? Haarausfallstop und Neuwuchs? Ich kann mir nicht vorstellen, dass MSM dazu führt.

Bei Warnkevital.com äußert man sich in punkto Haut und Haare folgendermaßen dazu

Zitat:Wirkung auf die Kollagensynthese (Haut, Haare, Nägel)

Methyl-Sulfonyl-Methan ist notwendig für die Kollagensynthese in der Haut, in den Haaren und in den Finger- und Fußnägeln. MSM kann hierdurch verhindern, dass die Zellen inflexibel und hart werden, d. h. MSM erhöht die Elastizität der Haut. Auch bei Akne, Rosacea, Ekzeme, Verbrennungen, altersbedingten Hautveränderungen und überschießendem Narbengewebe kann MSM die Haut aufgrund dieser Wirkung weicher und ansehnlicher machen, wobei es zusätzlich die Wundheilung fördert. Darüber hinaus wird MSM (in Cremeform) auch bei Sklerodermie, einer Autoimmunerkrankung, bei der die Haut und das Bindegewebe abnorm hart und steif werden, erfolgreich eingesetzt, da hierdurch das betroffene Gewebe wieder elastischer und weicher wird.

Nicht zu unrecht wird MSM auch häufig als das Schönheitsmineral bezeichnet, da es dem Haar zu mehr Glanz verhilft und die Haut weicher und elastischer wirken lässt.

Im Grunde wieder etwas, was helfen könnte, aber - zumindest beim hier angestrebten Ziel - doch wieder nur sinnlos Geld aus der Tasche zieht. Ich denke hierbei an Kieselerde, Biotin und wie sie alles heißen. Et glänzt ein bissi mehr, wenn man Glück hat, aber sonst????

LG

Padme

auf die aussage von warnke vital würde ich nicht soviel wert legen, sie informieren nur über die funktion von msm, also was es bewirkt. das ist so wie wenn msd über finasterid schreibt:

durch die hemmung der 5AR typ 2 wird dht gehemmt und einer verkrümmung der haare vorgebeugt, ihre haare fallen nicht mehr aus und wachsen nach
ich will damit andeuten das msm diese ganzen von warnkevital genannten sachen auch so tud, ohne das man es in diesen dosen einnimmt, die frage ist doch viel mehr wie groß das defizit ist, und was für lebensgewohnheiten man hat.
einen richtigen vorteil von den ganzen hochdosierten antioxidativen nem und medis haben glaube ich nur die leute die besonders mit freien radikalen belastet sind, wie z.b raucher.

Quick

Oder Männer im Allgemeinen! Eine Studie hatte ja ergeben, dass Antioxidanzien bei Männern erheblich etwas gebracht haben, aber Frauen keine großen Vorteile davon hatten. Da läuft es einfach von Natur aus etwas besser! Was man an der Lebenserwartung ja auch erkennen kann...

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Padme](#) on Tue, 19 Dec 2006 05:51:11 GMT

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

Zitat:auf die aussage von warnke vital würde ich nicht soviel wert legen, sie informieren nur über die funktion von msm, also was es bewirkt. das ist so wie wenn msd über finasterid schreibt: durch die hemmung der 5AR typ 2 wird dht gehemmt und einer verkrümmung der haare vorgebeugt, ihre haare fallen nicht mehr aus und wachsen nach

Und genau das mein ich ja.

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [glockenspiel](#) on Tue, 19 Dec 2006 09:55:00 GMT

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

Unkreativer schrieb am Die, 19 Dezember 2006 01:38Quick schrieb am Mon, 18 Dezember 2006 23:44Padme schrieb am Son, 17 Dezember 2006 20:16Alana schrieb am Son, 17 Dezember 2006 20:07Hallo,

eine Frage wieviel MSM nehmt ihr am Tag ?

Ich nehme 3 x tägl. 1 Kapsel und Wirkung - kann ich nicht sagen -!

Ein Freund von mir nimmt auch auf mein anraten MSM und hat bis jetzt auch garnichts bemerkt.

Viele Grüße

Alana

Die Frage ist: Was erwartet man sich davon? Haarausfallstop und Neuwuchs? Ich kann mir nicht vorstellen, dass MSM dazu führt.

Bei Warnkevital.com äußert man sich in punkto Haut und Haare folgendermaßen dazu

Zitat:Wirkung auf die Kollagensynthese (Haut, Haare, Nägel)

Methyl-Sulfonyl-Methan ist notwendig für die Kollagensynthese in der Haut, in den Haaren und

in den Finger- und Fußnägeln. MSM kann hierdurch verhindern, dass die Zellen inflexibel und hart werden, d. h. MSM erhöht die Elastizität der Haut. Auch bei Akne, Rosacea, Ekzeme, Verbrennungen, altersbedingten Hautveränderungen und überschießendem Narbengewebe kann MSM die Haut aufgrund dieser Wirkung weicher und ansehnlicher machen, wobei es zusätzlich die Wundheilung fördert. Darüber hinaus wird MSM (in Cremeform) auch bei Sklerodermie, einer Autoimmunerkrankung, bei der die Haut und das Bindegewebe abnorm hart und steif werden, erfolgreich eingesetzt, da hierdurch das betroffene Gewebe wieder elastischer und weicher wird.

Nicht zu unrecht wird MSM auch häufig als das Schönheitsmineral bezeichnet, da es dem Haar zu mehr Glanz verhilft und die Haut weicher und elastischer wirken lässt.

Im Grunde wieder etwas, was helfen könnte, aber - zumindest beim hier angestrebten Ziel - doch wieder nur sinnlos Geld aus der Tasche zieht. Ich denke hierbei an Kieselerde, Biotin und wie sie alles heißen. Et glänzt ein bissi mehr, wenn man Glück hat, aber sonst????

LG
Padme

auf die aussage von warnke vital würde ich nicht soviel wert legen, sie informieren nur über die funktion von msm, also was es bewirkt. das ist so wie wenn msd über finasterid schreibt: durch die hemmung der 5AR typ 2 wird dht gehemmt und einer verkrümmung der haare vorgebeugt, ihre haare fallen nicht mehr aus und wachsen nach
ich will damit andeuten das msm diese ganzen von warnkevital genannten sachen auch so tud, ohne das man es in diesen dosen einnimmt, die frage ist doch viel mehr wie groß das defizit ist, und was für lebensgewohnheiten man hat.
einen richtigen vorteil von den ganzen hochdosierten antioxidativen nem und medis haben glaube ich nur die leute die besonders mit freien radikalen belastet sind, wie z.b raucher.

Quick

Oder Männer im Allgemeinen! Eine Studie hatte ja ergeben, dass Antioxidanzien bei Männern erheblich etwas gebracht haben, aber Frauen keine großen Vorteile davon hatten. Da läuft es einfach von Natur aus etwas besser! Was man an der Lebenserwartung ja auch erkennen kann...

Der Witz ist ja, dass die erhöhte Morbidität und Mortalität der Männer ja GERADE aus präventionsdefizitären Gründen resultiert, wie mangelhafter Ernährung, Rauchen, Fettleibigkeit usw. Und genau das ist dann der Zirkelschluss, also ist Quick im Grunde zuzustimmen.

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 19 Dec 2006 11:04:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

glockenspiel schrieb am Die, 19 Dezember 2006 10:55Unkreativer schrieb am Die, 19 Dezember

2006 01:38Quick schrieb am Mon, 18 Dezember 2006 23:44Padme schrieb am Son, 17
Dezember 2006 20:16Alana schrieb am Son, 17 Dezember 2006 20:07Hallo,
eine Frage wieviel MSM nehmt ihr am Tag ?
Ich nehme 3 x tägl. 1 Kapsel und Wirkung - kann ich nicht sagen -!
Ein Freund von mir nimmt auch auf mein anraten MSM und hat bis jetzt auch garnichts bemerkt.

Viele Grüße
Alana

Die Frage ist: Was erwartet man sich davon? Haarausfallstop und Neuwuchs? Ich kann mir nicht vorstellen, dass MSM dazu führt.

Bei Warnkevital.com äußert man sich in punkto Haut und Haare folgendermaßen dazu

Zitat:Wirkung auf die Kollagensynthese (Haut, Haare, Nägel)
Methyl-Sulfonyl-Methan ist notwendig für die Kollagensynthese in der Haut, in den Haaren und in den Finger- und Fußnägeln. MSM kann hierdurch verhindern, dass die Zellen inflexibel und hart werden, d. h. MSM erhöht die Elastizität der Haut. Auch bei Akne, Rosacea, Ekzeme, Verbrennungen, altersbedingten Hautveränderungen und überschießendem Narbengewebe kann MSM die Haut aufgrund dieser Wirkung weicher und ansehlicher machen, wobei es zusätzlich die Wundheilung fördert. Darüber hinaus wird MSM (in Cremeform) auch bei Sklerodermie, einer Autoimmunerkrankung, bei der die Haut und das Bindegewebe abnorm hart und steif werden, erfolgreich eingesetzt, da hierdurch das betroffene Gewebe wieder elastischer und weicher wird.

Nicht zu unrecht wird MSM auch häufig als das Schönheitsmineral bezeichnet, da es dem Haar zu mehr Glanz verhilft und die Haut weicher und elastischer wirken lässt.

Im Grunde wieder etwas, was helfen könnte, aber - zumindest beim hier angestrebten Ziel - doch wieder nur sinnlos Geld aus der Tasche zieht. Ich denke hierbei an Kieselerde, Biotin und wie sie alles heißen. Et glänzt ein bissi mehr, wenn man Glück hat, aber sonst????

LG
Padme

auf die aussage von warnke vital würde ich nicht soviel wert legen, sie informieren nur über die funktion von msm, also was es bewirkt. das ist so wie wenn msd über finasterid schreibt: durch die hemmung der 5AR typ 2 wird dht gehemmt und einer verkrümmung der haare vorgebeugt, ihre haare fallen nicht mehr aus und wachsen nach
ich will damit andeuten das msm diese ganzen von warnkevital genannten sachen auch so tud, ohne das man es in diesen dosen einnimmt, die frage ist doch viel mehr wie groß das defizit ist, und was für lebensgewohnheiten man hat.
einen richtigen vorteil von den ganzen hochdosierten antioxidativen nem und medis haben glaube ich nur die leute die besonders mit freien radikalen belastet sind, wie z.b raucher.

Quick

Oder Männer im Allgemeinen! Eine Studie hatte ja ergeben, dass Antioxidanzien bei Männern erheblich etwas gebracht haben, aber Frauen keine großen Vorteile davon hatten. Da läuft es einfach von Natur aus etwas besser! Was man an der Lebenserwartung ja auch erkennen kann...

Der Witz ist ja, dass die erhöhte Morbidität und Mortalität der Männer ja GERADE aus präventionsdefizitären Gründen resultiert, wie mangelhafter Ernährung, Rauchen, Fettleibigkeit usw. Und genau das ist dann der Zirkelschluss, also ist Quick im Grunde zuzustimmen.

Ich würde aber behaupten, dass Männer mit Rauchen o.ä. nicht soviel "kaputtmachen" können, wie Frauen. Männern kostet im Durchschnitt 3 Lebensjahre, Frauen aber 7 beispielsweise! (Habe gerade den Beleg dafür nicht da, aber Zahlen behalte ich meist gut)

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [glockenspiel](#) on Tue, 19 Dec 2006 11:08:18 GMT

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

Im Ernst? Wäre sehr interessant! Vielleicht findest du da noch was

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [Quick](#) on Wed, 20 Dec 2006 00:45:21 GMT

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

glockenspiel schrieb am Die, 19 Dezember 2006 10:55Unkreativer schrieb am Die, 19 Dezember 2006 01:38Quick schrieb am Mon, 18 Dezember 2006 23:44Padme schrieb am Son, 17 Dezember 2006 20:16Alana schrieb am Son, 17 Dezember 2006 20:07Hallo, eine Frage wieviel MSM nehmt ihr am Tag ?

Ich nehme 3 x tägl. 1 Kapsel und Wirkung - kann ich nicht sagen -!

Ein Freund von mir nimmt auch auf mein anraten MSM und hat bis jetzt auch garnichts bemerkt.

Viele Grüße

Alana

Die Frage ist: Was erwartet man sich davon? Haarausfallstop und Neuwuchs? Ich kann mir nicht vorstellen, dass MSM dazu führt.

Bei Warnkevital.com äußert man sich in punkto Haut und Haare folgendermaßen dazu

Zitat:Wirkung auf die Kollagensynthese (Haut, Haare, Nägel)

Methyl-Sulfonyl-Methan ist notwendig für die Kollagensynthese in der Haut, in den Haaren und in den Finger- und Fußnägeln. MSM kann hierdurch verhindern, dass die Zellen inflexibel und hart werden, d. h. MSM erhöht die Elastizität der Haut. Auch bei Akne, Rosacea, Ekzeme, Verbrennungen, altersbedingten Hautveränderungen und überschießendem Narbengewebe kann MSM die Haut aufgrund dieser Wirkung weicher und ansehnlicher machen, wobei es zusätzlich die Wundheilung fördert. Darüber hinaus wird MSM (in Cremeform) auch bei

Sklerodermie, einer Autoimmunerkrankung, bei der die Haut und das Bindegewebe abnorm hart und steif werden, erfolgreich eingesetzt, da hierdurch das betroffene Gewebe wieder elastischer und weicher wird.

Nicht zu unrecht wird MSM auch häufig als das Schönheitsmineral bezeichnet, da es dem Haar zu mehr Glanz verhilft und die Haut weicher und elastischer wirken lässt.

Im Grunde wieder etwas, was helfen könnte, aber - zumindest beim hier angestrebten Ziel - doch wieder nur sinnlos Geld aus der Tasche zieht. Ich denke hierbei an Kieselerde, Biotin und wie sie alles heißen. Et glänzt ein bissi mehr, wenn man Glück hat, aber sonst????

LG
Padme

auf die aussage von warnke vital würde ich nicht soviel wert legen, sie informieren nur über die funktion von msm, also was es bewirkt. das ist so wie wenn msd über finasterid schreibt: durch die hemmung der 5AR typ 2 wird dht gehemmt und einer verkrümmung der haare vorgebeugt, ihre haare fallen nicht mehr aus und wachsen nach
ich will damit andeuten das msm diese ganzen von warnkevital genannten sachen auch so tud, ohne das man es in diesen dosen einnimmt, die frage ist doch viel mehr wie groß das defizit ist, und was für lebensgewohnheiten man hat.
einen richtigen vorteil von den ganzen hochdosierten antioxidativen nem und medis haben glaube ich nur die leute die besonders mit freien radikalen belastet sind, wie z.b raucher.

Quick

Oder Männer im Allgemeinen! Eine Studie hatte ja ergeben, dass Antioxidanzien bei Männern erheblich etwas gebracht haben, aber Frauen keine großen Vorteile davon hatten. Da läuft es einfach von Natur aus etwas besser! Was man an der Lebenserwartung ja auch erkennen kann...

Der Witz ist ja, dass die erhöhte Morbidität und Mortalität der Männer ja GERADE aus präventionsdefizitären Gründen resultiert, wie mangelhafter Ernährung, Rauchen, Fettleibigkeit usw. Und genau das ist dann der Zirkelschluss, also ist Quick im Grunde zuzustimmen.

"dass die erhöhte Morbidität und Mortalität der Männer ja GERADE aus präventionsdefizitären Gründen resultiert"

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 21 Dec 2006 18:02:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich nehme MSM auch schon einige Monate. Ich konnte eigentlich keine besondere Wirkung

feststellen. Ich hatte aber Gott sei Dank auch vorher keine Beschwerden. Trotzdem denke ich, dass es langfristig wirkt. Wenn ich es regelmäßig weiter einnehme, werde ich im Alter sicher keine oder zumindest deutlich weniger gesundheitliche Probleme haben. Davon bin ich überzeugt! Aber ich nehme noch weitaus mehr. MSM ist nur eines davon. Also ich nehme es auch weiterhin. Jeden Tag 1 Kapsel.

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [reinforcement](#) on Thu, 21 Dec 2006 18:15:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja so seh ich es auch!

mit 60 wirst du eventuell besser die treppen krabbeln können als deine kumpels!

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [Raiders-Fan](#) on Mon, 25 Dec 2006 16:15:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

aktualisier mal endlich deine seite ! ab-2007

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [chrisan](#) on Mon, 25 Dec 2006 18:25:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.nadh-guenstig.de/shop/504.htm>

ich werde auch keinesfalls darauf verzichten

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [what-to-do](#) on Sat, 10 Feb 2007 12:13:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wo bekommt ihr das Zeug denn her, und hat inzwischen jemand was neues festgestellt oder kann die oben erwähnte Wirkung "bestätigen"

Würd mich auch dafür interessieren, mein Regime ist noch etwas rar...

Evtl. noch Zink, aer ich weiß auch net so recht, nicht das es meinen Kupferhaushalt durcheinander bringt, und es mehr schadet als wirkt...

Was haltet ihr von diesen Haaraktivkapseln + Zink von tetesept(?)?

Mfg
what-to-do

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [what-to-do](#) on Sun, 11 Feb 2007 14:40:19 GMT

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

Hallo?

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [Figaro03](#) on Sun, 11 Feb 2007 15:03:32 GMT

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

Gegen Muskelkater wirkt es vielleicht wirklich. Letztens hatte ich wieder, und habe es schon länger nicht mehr genommen.
Aber ohne Garantie.

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [Raiders-Fan](#) on Wed, 21 Feb 2007 20:11:43 GMT

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

what-to-do schrieb am Sam, 10 Februar 2007 13:13Wo bekommt ihr das Zeug denn her, und hat inzwischen jemand was neues festgestellt oder kann die oben erwähnte Wirkung "bestätigen"

Würd mich auch dafür interessieren, mein Regime ist noch etwas rar...

Evtl. noch Zink, aer ich weiß auch net so recht, nicht das es meinen Kupferhaushalt durcheinander bringt, und es mehr schadet als wirkt...

Was haltet ihr von diesen Haaraktivkapseln + Zink von tetesept(?)?

Mfg
what-to-do

Selbst wenn es auf den Haarwuchs überhaupt keine Wirkung hätte würde ich es weiternehmen. Schnellere Wundheilung und vorbeugend gegen Muskelkater sind einfach toll. Keine kalten Hände mehr ect. ect. Ich garantiere dass es keine Einbildung ist. Ich überlege ob ich es auch noch topisch nehmen soll...tino ist von der wirkung eines msm topicals absolut überzeugt.

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [Foxy](#) on Sat, 09 Aug 2008 07:20:42 GMT

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

hat MSM
wirklich keine Nebenwirkungen?

<http://msm-side-effects.com/index.php>

Foxy

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [stef84](#) on Sat, 09 Aug 2008 10:54:41 GMT

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

Foxy schrieb am Sam, 09 August 2008 09:20hat MSM
wirklich keine Nebenwirkungen?

<http://msm-side-effects.com/index.php>

Foxy

Ich wäre hier bei der Beurteilung vorsichtig. Es geht hier um eine einzige Person! Und die Begründung, dass die Beschwerden von MSM kommen müssen, weil sonst nichts genommen wurde halte ich für regelrecht bescheuert!
Es gibt tatsächlich auch Beschwerden die nicht die Nebenwirkungen von irgendwelchen Dingen sind! Vor allem orthopädische, wie sie hier vorliegen!

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [NW5a](#) on Sat, 09 Aug 2008 20:12:45 GMT

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

Im Amerika nimmt jeder HT Patient MSM ein. Da habe ich noch gar nichts von NW gelesen.

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?

Posted by [dieter00002](#) on Wed, 21 Oct 2009 19:46:19 GMT

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

Es gab im Hairlossforum diesen extrem guten Fall von NW, der Kerl hat MSM genommen.

MSM hilft allerdings auch gegen Akne -> Bakterien, und aktuell wird ja ein Zusammenhang zwischen Haarausfall und Bakterien vermutet, vielleicht ist dem Kerl die antibakterielle Wirkung zu gute gekommen. Da ich am SE leide werd ich mal MSM zu mir nehmen, eventuell hilfts was...

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [Treblig](#) on Wed, 21 Oct 2009 20:42:07 GMT

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

Wo gibts das zeug eigentlich billig?

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [dieter00002](#) on Wed, 21 Oct 2009 21:26:22 GMT

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

msm bei google eingeben, da wirst du mit billigkram zugetextet. Obs was taugt ist eine andere Sache.

Subject: Re: An die MSM User: was für wirkungen konntet ihr feststellen ?
Posted by [Treblig](#) on Thu, 22 Oct 2009 08:55:22 GMT

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

Ist es in der Pulver oder Kapselform besser?
