
Subject: Kann jemand mal ein paar Kräuter ausprobieren?

Posted by [Figaro03](#) on Thu, 22 Mar 2007 16:51:47 GMT

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

Hatte ja letztens geschrieben, dass mir wieder mehr Haare ausgefallen sind, nachdem ich bestimmte NEMs weggelassen habe, und Minox reduziert habe.

Naja, um meinen Darm zu sanieren und etwas gegen ein paar Gelenkprobleme zu tun, die ich habe, habe ich mir ne Teemischung zusammengestellt.

Habe benutzt 2 mal täglich Brennnesseltee. (2 Teelöffel bzw 2-4g)

Dazwischen 3 mal täglich ne Mischung aus gleichen Teilen Zinnkraut/Rosmarin. 2-3 Teelöffel

Ich benutze das Zeug seit ca 2-3 Wochen, und ich kann an meinen Haaren ziehen wie ich will, es wollen momentan einfach kaum welche ausfallen.

Jetzt würde mich doch mal interessieren, ob das irgendwie damit zu tun hat. Würde sich jemand bereit erklären, den Tee auch mal über ein paar Wochen zu trinken? Brennnessel und Zinnkraut gibt es in der Drogerie. Rosmarin überall als Gewürz.

Ich habe keine Ahnung ob es daran liegt. habe auch gleichzeitig alle Produkte weggelassen, die irgendwie Milch enthalten. Und jeden Tag morgens Hirse gegessen..

Ich weiß auch momentan nicht, ob sich eine Nahrungsmittel-Unverträglichkeit auf den HA auswirken könnte. - eine Milchallergie oder Glutenallergie habe ich nämlich erwiesenermaßen nicht. Nur eben wahrscheinlich eine lactoseunverträglichkeit.....

Also ich sage Bescheid, wenn mir wieder verstärkt Haare ausfallen. Nur muss ich nach den 3 Wochen wieder mindestens ne Woche aussetzen, weil man besonders Brennnessel nicht die ganze Zeit trinken soll. Werden viele Mineralien ausgeschwemmt.

Aber wie gesagt würde mich freuen, wenn sich jemand mal bereit erklären würde. Die Tees wirken insgesamt entgiftend und sind für jeden mal empfehlenswert.

Edit: Brottrunk habe ich auch noch benutzt, nur der Vollständigkeit wegen. Aber das muss niemand ausprobieren

Subject: Re: Kann jemand mal ein paar Kräuter ausprobieren?

Posted by [Figaro03](#) on Sat, 21 Jul 2007 12:40:50 GMT

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

habe ja mal vor 2 Monaten geschrieben, ich würde die obige Tee-kombination trinken. habe dann zwischendurch wieder ausgesetzt, und seit 3 Wochen trinke ich wieder.

Ich bin mir mittlerweile wirklich ziemlich sicher, dass weniger Haare bei mir ausfallen, wenn ich das Zeug wieder über ne Zeit trinke... kann Einbildung sein, aber zupfe ja einfach mal so immer probeweise am haare oder man sieht wie viele beim lernen auf den Tisch fallen.

habe dann mal noch ein wenig geschaut. teilweise werden die kräuter wirklich gegen HA empfohlen. Sicher, ich kann mir nicht vorstellen, dass damit HA aufgehalten hat, aber habe wirklich das Gefühl es hätte nen guten Effekt.

auf hairsite, hatten sie übrigens letztens auch das thema. ganz unabhängig übrigens von mir... bin dann später darauf gestoßen.

http://www.hairsite.com/hair-loss/forum_entry.php?id=4002&page=0&category=4&order=last_answer

Rosmarin wirkt allgemein entzündungshemmend. Zinnkraut ebenfalls, und ist auch reich an Silicium.

Brennessel ebenfalls stark entzündungshemmend und anscheinend Aromatase-hemmend. habe jetzt mal noch kleinblütiges weidenröschen hinzugenommen.

wird zusammen mit dem anderen zeugs auch gegen Prostatvergrößerung empfohlen. das weidenröschen hat nen Effekt auf die 5 alpha reductase.

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=11482783&ordinalpos=1&itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_RVDocSum

http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?Db=pubmed&Cmd=ShowDetailView&TermToSearch=8778238&ordinalpos=3&itool=EntrezSystem2.PEntrez.Pubmed.Pubmed_ResultsPanel.Pubmed_RVDocSum

vielleicht kann wirklich mal jemand noch den Tee ausprobieren, und dann schreiben, ob er auch was merkt...

Subject: Re: Kann jemand mal ein paar Kräuter ausprobieren?

Posted by [helpme007](#) on Tue, 31 Jul 2007 05:36:27 GMT

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

ich spiel gerne dein versuchskaninchen.

Subject: Re: Kann jemand mal ein paar Kräuter ausprobieren?

Posted by [Ka\\$h](#) on Tue, 31 Jul 2007 08:36:19 GMT

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

Brennesseltee?

sicher das das wirkt? In welchen Mengen?

Subject: Re: Kann jemand mal ein paar Kräuter ausprobieren?

Posted by [Figaro03](#) on Wed, 01 Aug 2007 13:17:51 GMT

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

Nein nicht sicher...

aber dafür probiert ihr es ja aus

Aber Brennessel wirkt allgemein bei Prostatavergrößerung, hat Adaptogen-Eigenschaften, entzündungshemmend und ist allgemein gut gegen alles möglich. Schaden wird es dir auf keinen Fall. Ich würde vorschlagen am Tag 1 Tasse. Die Kräuter gemischt zu gleichen teilen. davon 2 Teelöffel/Tasse.

fand meine Erfahrungen damit bisher nicht schlecht. aber ihr müsst wirklich ausprobieren. Und 3 Wochen trinken, 1 Wochen aussetzen. wirkt nämlich entwässernd, und schwemmt daher bei Daueranwendung Mineralien aus.

Subject: Re: Kann jemand mal ein paar Kräuter ausprobieren?
Posted by [Ka\\$h](#) on Wed, 01 Aug 2007 16:08:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

aha!

Gibts den nicht auch fertig im Beutel? Bin faul

dann würd ich das glaub ich Abends trinken oder wann meinst du?
