
Subject: Kieselerde?

Posted by [Treblig](#) on Tue, 05 Jun 2007 10:24:18 GMT

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

Auf der Abtei kieselerdeKapseln-Packung steht das man 3xtägl. 1 nehmen soll,das ist mir aber zuviel. 1 Kapsel enthält 350mg.

Wieviel mg pro tag an Kieselerde reichen aus,eigentlich will ich nur eine kapsel pro Tag einnehmen?

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Trixy](#) on Tue, 05 Jun 2007 10:59:42 GMT

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

meine ärztin hat mir auch kieselerde empfohlen, aber was ist denn deren wirkweise? inwiefern hilft es gegen ha?

@treblig

wieso nimmst du nicht so viel ein, wie empfohlen? soweit ich weiß gibt es keine überdosierungsrisiken bei kieselerde...

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Treblig](#) on Tue, 05 Jun 2007 12:35:16 GMT

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

meistesns ist es so das die Empfehlungen nicht stimmen und das wesentlich weniger langt. In der Packung sind 60 stück,die kosten jetzt nicht die welt.Ich geb nur schon genug für meine haare aus.da kann ich wenigstens an der ecke sparen

Ich frag nur weil hier im Forum ja viele Kieselerde dazu nehmen.Und ich denke mal das nur eine Kapsel pro Tag eingenommen wird.Wie sieht das bei euch aus,die kapseln sind ja hoch dosiert (350g) ich bin der Meinung das eine pro Tag auch langt...

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Jun 2007 12:46:23 GMT

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

Treblig schrieb am Die, 05 Juni 2007 14:35meistesns ist es so das die Empfehlungen nicht stimmen und das wesentlich weniger langt. In der Packung sind 60 stück,die kosten jetzt nicht die welt.Ich geb nur schon genug für meine haare aus.da kann ich wenigstens an der ecke sparen

Ich frag nur weil hier im Forum ja viele Kieselerde dazu nehmen.Und ich denke mal das nur eine Kapsel pro Tag eingenommen wird.Wie sieht das bei euch aus,die kapseln sind ja hoch dosiert

(350g) ich bin der Meinung das eine pro Tag auch langt...
350g sind auf jeden Fall genug! Soviel würde ich sicher garnicht runterbekommen! Aber
ansonsten nimmt eigentlich jeder soviel wie er meint! (Manchen reicht z.B. 100mg VitC manche
wollen 3000mg...)

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Treblig](#) on Tue, 05 Jun 2007 12:55:57 GMT

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

Tschuldige 350mg nicht g

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Jun 2007 12:58:35 GMT

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

Treblig schrieb am Die, 05 Juni 2007 14:55Tschuldige 350mg nicht g

Mit 350g hätte man vielleicht beim HA auch was erreichen können . Aber ansonsten aben
immer mal wieder welche Kieselerde versucht, weiss aber nicht, ob da jemand wirklich positive
Erfahrungen gemacht hat.

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Treblig](#) on Tue, 05 Jun 2007 13:01:38 GMT

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

naja es steht ja sogar auf der verpackung das man es über monate hinaus nehmen muß um
irgend welche erfolge bei haut,haare,nägel zu bekommen. Ich werd jetzt trotzdem nur eine
Kapsel pro tag nehmen,350mg sind auch was...

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Treblig](#) on Thu, 07 Jun 2007 08:40:13 GMT

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

Kann hier nochmal jemand sagen ob 350mg(1 kapsel pro tag) ausreichen oder nicht...

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [xpression2](#) on Thu, 07 Jun 2007 10:26:54 GMT

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

Treblig schrieb am Don, 07 Juni 2007 10:40Kann hier nochmal jemand sagen ob 350mg(1 kapsel
pro tag) ausreichen oder nicht...

Hallo, Kieselerde ist ja nicht gegen HA, es sollte einfach Haare stärken, und nicht dafür sorgen das sie nicht mehr ausgehen.

Ich nehme auch Kieselerde, aber nie mit den glauben das ich davon Haare bekomme oder den AGA aufhalten kann, dafür gibt es andere Sachen.

Gruß

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 08 Jun 2007 07:44:05 GMT

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

Gibt es eigentlich genauere Studien zu Kieselerde? Würde mich interessieren!

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 21 Jun 2007 00:01:55 GMT

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

Unkreativer schrieb am Fre, 08 Juni 2007 09:44Gibt es eigentlich genauere Studien zu Kieselerde? Würde mich interessieren!

Gibt es

Zitat:Haare wachsen

Ein Freund von mir hatte Glatze.Ein Jahr nimmt er jetzt regelmäßig Kieselerde und der Erfolg ist verblüffend.Seine Glatze ist mit einem Haarflaum bedeckt.

Zitat:Um den Zusammenhang zwischen der Haarqualität und dem Spurenelement Silizium, besser bekannt als Kieselsäure zu untersuchen, startete der Dermatologe eine Pilotstudie mit 55 Frauen, die über sechs Monate hinweg täglich Kieselsäure zu sich nahmen. Vor und nach diesem Testzeitraum wurde die Haarqualität untersucht. Das Ergebnis: Die Haardicke hatte um 13 Prozent zugenommen. „Sicher ist das kein ultimativer Beweis, denn die Studie wurde ja nur mit wenigen Probandinnen durchgeführt und ohne eine Placebogruppe zur Prüfung“, schränkt der Wissenschaftler ein. Trotzdem sei es für ihn ein interessantes Ergebnis. Ursprünglich war er mit der Hypothese an die Studie herangetreten, dass dieses Spurenelement keinen Einfluss auf die Haare hätte.

http://www.focus.de/gesundheit/ratgeber/haarausfall/news/haa_rqualitaet_nid_37981.html

Auch interessant:

Zitat:Bei Haarausfall wirkt eine wöchentliche Packung mit Siliziumgel angeblich wahre Wunder: Nach der Haarwäsche 2 EL Siliziumgel im Haar verteilen, 15 Minuten einwirken lassen und auswaschen. Hilft anscheinend auch bei Spliss.

Bisher hatte ich es immer nur oral genommen.

Mal schauen, wie es topisch wirkt

<http://www.apotheke.com/portal/de/homepage/article/display.jsp?id=documents/0000/00/00/22/8706.xml&id=documents/0000/00/00/22/8706.xml&print=true&page=0>

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Zeply](#) on Thu, 05 Jul 2007 13:48:20 GMT

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

gibt es kieselerde im dm ? was kostet so ne packung...
wo bekomme ich den biotin her ?

vielen dank...

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [what-to-do](#) on Sat, 07 Jul 2007 10:11:23 GMT

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

Jep, sowohl Kieselerde als auch Biotin gibts im DM, Biotin würd ich dir aber eher von Aldi oder Lidl empfehlen. Das sind 10mg und kosten glaub weniger, bzw. net viel mehr...

Subject: Re: Kieselerde?

Posted by [Ka\\$h](#) on Sat, 07 Jul 2007 10:15:59 GMT

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

what-to-do schrieb am Sam, 07 Juli 2007 12:11 Jep, sowohl Kieselerde als auch Biotin gibts im DM, Biotin würd ich dir aber eher von Aldi oder Lidl empfehlen. Das sind 10mg und kosten glaub weniger, bzw. net viel mehr...

jau so isses!

Aber Kieselerde gibts auch von Abtei in Verbindung mit Zink 9mg und Biotin 0,01 mg oder so..
also Biotin würd ich auch das von Aldi nehmen, mach ich jetzt auch und halbiere! (10 mg)
