

---

Subject: Biotin, Zink, Kieselerde oder Priorin?  
Posted by [Itachi](#) on Wed, 15 Aug 2007 20:15:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sind doch alles nur Nahrungsergänzungsmittel oder?

Haben hoffentlich keine Nebenwirkungen, sprich, dass man den Haarausfall verstärkt?:rolleyes:  
:huh:

Ich hatte eine Schilddrüsen-Op (wegen Knoten) gehabt vor ca. 4 Jahren. Ich nehme jeden Tag nun Thyronajod100 Tabletten zu mir.

Gibt es diesbezüglich Wechselwirkungen?

Kann man Biotin, Zink, Kieselerde oder Priorin alle zusammen nehmen, oder gibt es Wechselwirkungen?

Bei Zink glaube ich muss man aufpassen, weil er der Kontrapart zu Eisen darstellt, oder? Was ist wenn man auch Eisenmangel vorweist? Dann sollte man wohl nicht Zink zu sich nehmen?

Ich bin mir nun eigentlich ganz sicher, dass mein Haarausfall, bedingt wohl durch die schlechte Verankerung der Haare (Follikelprobleme?), durch Vitaminmangel und sonstiges verursacht werden^^

Welchen von den NEMs sind am besten geeignet um das Haar zu verstärken(da bei mir zu brüchig) und die Haarfollikel zu stärken (bei mir sind sie wohl sehr schwach was zum leichten Haarausfall führt)?

Vielen Dank für Hilfe.

---

---

Subject: Re: Biotin, Zink, Kieselerde oder Priorin?  
Posted by [Amarok](#) on Thu, 16 Aug 2007 13:12:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wann hast du das letzte mal deine SD-Werte checken lassen? Wechselwirkungen gibts da nicht, aber der Haarausfall kann von der Schilddrüse kommen.

Wo gehen dir denn die Haare aus? Am ganzen Kopf, oder nach einem bestimmten Muster?

---

---

Subject: Re: Biotin, Zink, Kieselerde oder Priorin?  
Posted by [Itachi](#) on Thu, 16 Aug 2007 14:24:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für die Antwort

Das letzte mal war erst vor paar Monaten.

Und der Haarausfall ist eigentlich schon länger, vor allem dann wenn ich längere Haare habe

wie jetzt.

Ich denke es, liegt an der Nahrung.

Ich bin eher der "Junk-food"-Esser. Also nicht sehr gesund. Mir fehlt es wohl an allen Ecken.

Die Haare fallen eigentlich am ganzen Kopf  
Also kein bestimmtes Muster.

Die Haare sind wie gesagt brüchig. (Habe ich selber getestet, vom abgefallenen Haare. Sie lassen sich ohne viel Kraft zerreißen).

Und was ohl das wichtigste ist!:

Die Haarwuzel bzw. Follikel dann, ist kaum zu erkennen und nur sehr schlecht ausgebildet.

Da ist es glaube ich auch kein Wunder, wenn meine Haare so leicht abfallen.

VOn Zlnk glaube ich, lasse ich leiber erstmal die Flnger weg. (habe wohl auch Eisenmangel)

Werde es mit Biotin, Priorin und Lachsölkapseln versuchen.

Zusätzlich versuche ich ein Shampoo zu finden, das die Haarwuzeln kräftig und das Haar widerstandsfester macht.

---