Subject: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [Ralf3](#) on Fri, 07 Sep 2007 00:00:22 GMT

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

Das hab ich zufällig bei vanverde gefunden. Hört sich gut an.
Eure Meinung?

[http://www.vanverde.com/product_info.php/info/p51_OKG--Ornit
hin-Alpha-Ketoglutaric-375-mg--240-K-.html](http://www.vanverde.com/product_info.php/info/p51_OKG--Ornit
hin-Alpha-Ketoglutaric-375-mg--240-K-.html)

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [pilos](#) on Fri, 07 Sep 2007 06:43:21 GMT

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

Ralf3 schrieb am Fre, 07 September 2007 02:00Das hab ich zufällig bei vanverde gefunden.
Hört sich gut an.
Eure Meinung?

[http://www.vanverde.com/product_info.php/info/p51_OKG--Ornit
hin-Alpha-Ketoglutaric-375-mg--240-K-.html](http://www.vanverde.com/product_info.php/info/p51_OKG--Ornit
hin-Alpha-Ketoglutaric-375-mg--240-K-.html)

hier steht aber was ganz anderes....

[http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?cmd=Retrieve&db
=PubMed&list_uids=3322511&dopt=AbstractPlus](http://www.ncbi.nlm.nih.gov/sites/entrez?cmd=Retrieve&db
=PubMed&list_uids=3322511&dopt=AbstractPlus)

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 07 Sep 2007 08:51:32 GMT

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

Verzehrempfehlung:
6-24 Kapseln täglich mit Wasser zu den Mahlzeiten

Da bin ich mit meinen 60 Kapseln am Tag ja garnicht so schlecht dran (sind ja viele verschiedene

NEMs)

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 07 Sep 2007 09:33:15 GMT

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

hast du mal einen (antioxidantien) status machen lassen?

weil 60 ist sehr extrem.

da würde ich eine prooxidative wirkung sehr befürchten.

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 07 Sep 2007 09:42:36 GMT

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

Nein habe ich noch nicht, allerdings nehme ich ja kaum Antioxidanzien. Ist ja kein reines Antioxidanzien-Programm (das meiste ist Fischöl, Arginin, MSM und Vitamin C).

Spiegelt ein großes Blutbild diese Werte denn wider?

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [pippo24](#) on Fri, 07 Sep 2007 13:47:38 GMT

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

Puh alter nimmst du echt 60Kapseln am Tag

Echt krass!

Würde ich an deiner stelle echt mal überdenken.

Prooxidative wirkung,hohe kosten,evtl. Nebenwirkungen...

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [pilos](#) on Fri, 07 Sep 2007 14:10:33 GMT

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

Unkreativer schrieb am Fre, 07 September 2007 10:51Verzehrempfehlung:
6-24 Kapseln täglich mit Wasser zu den Mahlzeiten

Da bin ich mit meinen 60 Kapseln am Tag ja garnicht so schlecht dran (sind ja viele verschiedene NEMs)

pillen bringen kaum was...wann begreift ihr das endlich.....

und viel hilft nicht viel....ich nehme überhaupt keine pillen.....und bin immer noch am leben...oder grade deshalb.....

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [Raiders-Fan](#) on Fri, 07 Sep 2007 14:11:11 GMT

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

ja du bist am leben, aber hast du auch neuwuchs ??

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [pilos](#) on Fri, 07 Sep 2007 14:17:23 GMT

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

Raiders-Fan schrieb am Fre, 07 September 2007 16:11ja du bist am leben, aber hast du auch neuwuchs ??

von nems kriegst du garantiert KEINEN neuwuchs.... ...hat noch keiner bekommen du wärst ja auch der erste....

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 07 Sep 2007 14:23:54 GMT

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

Unkreativer schrieb am Fre, 07 September 2007 11:42Nein habe ich noch nicht, allerdings nehme ich ja kaum Antioxidanzien. Ist ja kein reines Antioxidanzien-Programm (das meiste ist Fischöl, Arginin, MSM und Vitamin C).

Spiegelt ein großes Blutbild diese Werte denn wider?

soweit ich weiss nein...

man kann sich aber einen kompletten antioxidantien status messen lassen. kostet um die 600 euro glaube ich.

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [Homers](#) on Fri, 07 Sep 2007 14:42:31 GMT

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

ist man dann nicht irgendwann mal tabletten/kapselnabhängig? psychisch zumindest...

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [tristan](#) on Fri, 07 Sep 2007 15:08:36 GMT

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

glockenspiel schrieb am Fre, 07 September 2007 16:23Unkreativer schrieb am Fre, 07 September 2007 11:42Nein habe ich noch nicht, allerdings nehme ich ja kaum Antioxidanzien. Ist ja kein reines Antioxidanzien-Programm (das meiste ist Fischöl, Arginin, MSM und Vitamin C).

Spiegelt ein großes Blutbild diese Werte denn wider?

soweit ich weiss nein...

man kann sich aber einen kompletten antioxidantien status messen lassen. kostet um die 600 euro glaube ich.

hat bei mir damals ca. 20,- gekostet. wenn man alles nimmt ca. 50,- war im mittelbereich mit Nem programm. davor einmal gemessen und oxidative belastung war leicht erhöht. aber um das wirklich beurteilen zu können müsste man es wohl öfter messen.

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 07 Sep 2007 15:24:37 GMT

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

pilos schrieb am Fre, 07 September 2007 16:10Unkreativer schrieb am Fre, 07 September 2007

10:51 Verzehrempfehlung:
6-24 Kapseln täglich mit Wasser zu den Mahlzeiten

Da bin ich mit meinen 60 Kapseln am Tag ja garnicht so schlecht dran (sind ja viele verschiedene NEMs)

pillen bringen kaum was...wann begreift ihr das endlich.....

und viel hilft nicht viel....ich nehme überhaupt keine pillen.....und bin immer noch am leben...oder grade deshalb.....

Nunja, tausende Studien sagen was ganz anderes. Aber da gehen die Meinungen natürlich auseinander...

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 07 Sep 2007 15:34:55 GMT

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

pippo24 schrieb am Fre, 07 September 2007 15:47 Puh alter nimmst du echt 60 Kapseln am Tag
Echt krass!

Würde ich an deiner stelle echt mal überdenken.

Prooxidative wirkung, hohe kosten, evtl. Nebenwirkungen...

Glaubt ihr ich würde das nehmen müssen, wenn nicht alle in der Familie an Schlaganfälle und Herzinfarkte krepieren würden? Mal ein paar Todesalter in der Familie aufgrund der genannten Todesursachen: gestoben mit 26 (Uroma), 42 (Opa nr.1), 50 (Opa Nr. 2), 70 (wow, meine Oma), 48 (Onkel) und der Rest der noch lebt müssen Statine nehmen, wegen extremer Cholesterinwerte (alle sind durch die Bank weg schlank)! Prima aussichten oder?

Schaut euch z.B. an, wie die Sterblichkeitsrate unter Einfluss von O3FS zurückgeht, gerade bei vorbelasteten Menschen. Und jetzt sag mir mal die Nebenwirkung von O3FS! Und z.B. von Vitamin C und Arginin!...

Sobald ich Zeit habe, werde ich über diesem Zusammenhang sehr ausführlich schreiben und Infos aus Studien zusammentragen... Nur ist das im Moment leider zeitlich nicht möglich...

Aber im nächsten Monat kommen die aktuellen Blutwerte, mal schauen, wie die sich entwickelt haben.

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.

Posted by [Raiders-Fan](#) on Fri, 07 Sep 2007 15:44:32 GMT

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

und was machen die Haare, vor 2,3 Monaten hast du geschrieben du würdest einen NW Status nach dem andern verlieren: Bei deinem Program sehr erschreckend !

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.

Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 07 Sep 2007 15:48:43 GMT

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

Unkreativer schrieb am Fre, 07 September 2007 17:24pilos schrieb am Fre, 07 September 2007 16:10Unkreativer schrieb am Fre, 07 September 2007 10:51Verzehrempfehlung: 6-24 Kapseln täglich mit Wasser zu den Mahlzeiten

Da bin ich mit meinen 60 Kapseln am Tag ja garnicht so schlecht dran (sind ja viele verschiedene NEMs)

pillen bringen kaum was...wann begreift ihr das endlich.....

und viel hilft nicht viel....ich nehme überhaupt keine pillen.....und bin immer noch am leben...oder grade deshalb.....

Nunja, tausende Studien sagen was ganz anderes. Aber da gehen die Meinungen natürlich auseinander...

hm, kannst du mir mal die vitamin c studien schicken?

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.

Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 07 Sep 2007 15:58:48 GMT

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

tristan schrieb am Fre, 07 September 2007 17:08glockenspiel schrieb am Fre, 07 September 2007 16:23Unkreativer schrieb am Fre, 07 September 2007 11:42Nein habe ich noch nicht, allerdings nehme ich ja kaum Antioxidanzien. Ist ja kein reines Antioxidanzien-Programm (das meiste ist Fischöl, Arginin, MSM und Vitamin C).

Spiegelt ein großes Blutbild diese Werte denn wider?

soweit ich weiss nein...

man kann sich aber einen kompletten antioxidantien status messen lassen. kostet um die 600 euro glaube ich.

hat bei mir damals ca. 20,- gekostet. wenn man alles nimmt ca. 50,- war im mittelbereich mit Nem programm. davor einmal gemessen und oxidative belastung war leicht erhöht. aber um das wirklich beurteilen zu können müsste man es wohl öfter messen.

verzeih, es waren 60. nicht 600...

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [pilos](#) on Fri, 07 Sep 2007 16:17:27 GMT

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

Unkreativer schrieb am Fre, 07 September 2007 17:34

Glaubt ihr ich würde das nehmen müssen, wenn nicht alle in der Familie an Schlaganfälle und Herzinfarkte krepieren würden? Mal ein paar Todesalter in der Familie aufgrund der genannten Todesursachen: gestoben mit 26 (Uroma), 42 (Opa nr.1), 50 (Opa Nr. 2), 70 (wow, meine Oma), 48 (Onkel) und der Rest der noch lebt müssen Statine nehmen, wegen extremer Cholesterinwerte (alle sind durch die Bank weg schlank)! Prima aussichten oder?

Schaut euch z.B. an, wie die Sterblichkeitsrate unter Einfluss von O3FS zurückgeht, gerade bei vorbelasteten Menschen. Und jetzt sag mir mal die Nebenwirkung von O3FS! Und z.B. von Vitamin C und Arginin!...

Sobald ich Zeit habe, werde ich über diesem Zusammenhang sehr ausführlich schreiben und Infos aus Studien zusammentragen... Nur ist das im Moment leider zeitlich nicht möglich...

Aber im nächsten Monat kommen die aktuellen Blutwerte, mal schauen, wie die sich entwickelt haben.

das ist richtig...das macht sinn in deinem/diesen fall

ich bezog meine aussage auf AGA und nems....

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 07 Sep 2007 16:30:07 GMT

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

Raiders-Fan schrieb am Fre, 07 September 2007 17:44 und was machen die Haare, vor 2,3 Monaten hast du geschrieben du würdest einen NW Status nach dem ändern verlieren: Bei deinem Program sehr erschreckend!

Hab ich im Duta-Beitrag aktualisiert... und ich kann es nur immer wieder sagen, dass ich die NEMs nicht für die Haare nehme! (Bis auf Biotin und Kieselerde erwarte ich da keinerlei Effekte)

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [Unkreativer](#) on Fri, 07 Sep 2007 16:31:03 GMT

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

pilos schrieb am Fre, 07 September 2007 18:17 Unkreativer schrieb am Fre, 07 September 2007 17:34

Glaubt ihr ich würde das nehmen müssen, wenn nicht alle in der Familie an Schlaganfälle und Herzinfarkte krepieren würden? Mal ein paar Todesalter in der Familie aufgrund der genannten Todesursachen: gestoben mit 26 (Uroma), 42 (Opa nr.1), 50 (Opa Nr. 2), 70 (wow, meine Oma), 48 (Onkel) und der Rest der noch lebt müssen Statine nehmen, wegen extremer Cholesterinwerte (alle sind durch die Bank weg schlank)! Prima aussichten oder?

Schaut euch z.B. an, wie die Sterblichkeitsrate unter Einfluss von O3FS zurückgeht, gerade bei vorbelasteten Menschen. Und jetzt sag mir mal die Nebenwirkung von O3FS! Und z.B. von Vitamin C und Arginin!...

Sobald ich Zeit habe, werde ich über diesem Zusammenhang sehr ausführlich schreiben und Infos aus Studien zusammentragen... Nur ist das im Moment leider zeitlich nicht möglich...

Aber im nächsten Monat kommen die aktuellen Blutwerte, mal schauen, wie die sich entwickelt haben.

das ist richtig...das macht sinn in deinem/diesen fall

ich bezog meine aussage auf AGA und nems....

Asoo, ja so seh ich das auch! Gegen die AGA hilft das alles sehr wahrscheinlich nichts

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [glockenspiel](#) on Fri, 07 Sep 2007 16:37:57 GMT

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

Alles sehr verständlich, wünsche dir das Beste!

Subject: Re: Hgh u. IGF erhöhen mit OKG?? An Pilos, Tino und alle natürlich.
Posted by [pippo24](#) on Sat, 08 Sep 2007 12:13:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jep schließ mich an, aber ich habe z.B. meine NEMs deutlich reduziert. Hat auch nix verschlechtert...

Ich versuche halt das nötigste bzw. beste zu nehmen und alles was nicht "unbedingt" nötig ist wegzulassen. Davon abgesehen gibt es jetzt meines Wissens nach keinen gesicherten Nachweis, dass viele NEMs etc. wirklich viel bringen. Bei Vit C würde ich dir aber auf jeden Fall raten ein gepuffertes zu verwenden. (Magenschonung)

Gruß und Viel Erfolg!