
Subject: Eiweiss!

Posted by [tino](#) on Wed, 31 Oct 2007 21:24:32 GMT

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

Hallo

Habe vor 4 Stunden an einer live online Fortbildung teilgenommen. Es ging um "neue" Erkenntnisse bezüglich der Pathogenese der AGA bei Mann und Frau. Genauer gesagt, sollte diese Diskussion frischen Wind in die Praxis der Dermatologie bringen. Redefuehrerin war eine beruehmte berliner Charite Aerztin, bzw wissenschaftlich taetige Dermatologin. Im Gegensatz zu anderen Fortbildungen war diese recht interessant-es wurde wenig geworben, und mehr auf pathogenetische Faktoren nach den Sexualhormonen eingegangen.

Ich hatte die Absicht ueber TGF-beta hemmer in Form von Antioxidantien zu sprechen, und auch ueber IGF-1 anregende Ernaehrung. Nur leider hat der Moderator, der die schriftlichen Kommentare der Anwesenden, an die Frau Dr weiterleitete, die, dann muendlich antwortet, weder den Begriff TGF-beta, noch den Begriff IGF-1 aussprechen koennen. Er stotterte bei diesen Begriffen. Er hat dann leider eine voellig falsche Frage weitergeleitet, naemlich die, ob diverse Ernaehrung sich positiv auf die Entwicklung einer AGA auswirkt. Das kommentierte die Frau Doktor dann so, das man ja Eisensubstitution ganz gut findet, UND das sich nach neusten Untersuchungen auch Eiweiss insbesondere in der medikamentoesen Regenerationsphase des Haarfollikels, positiv auf nachwachsen auswirkt. Das sind fuer mich zwar keine neuen Erkenntnisse, da diese Theorie ja eigentlich meine eigene, von diversen nicht haarspezifischen Untersuchungen abgeleitete Theorie ist. Es hat mich ueberrascht das so etwas anscheinend schon irgendwo bestaetigt wurde, und nun sogar schon ueber solche Fortbildungen in die Praxis ruebergeweht ist.

Ich denke mir mal das es euch interessieren wird, das nicht nur hier in diesem Forum an Eiweiss und Haarerkrankungen gedacht wird.

tino

Subject: Re: Eiweiss!

Posted by [pippo24](#) on Wed, 31 Oct 2007 22:09:40 GMT

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

Mal zu eiweiss

Gibts da bei der einnahme irgendwas zu beachten?

Subject: Re: Eiweiss!

Posted by [tino](#) on Wed, 31 Oct 2007 22:24:29 GMT

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

ich wuesste ehrlich gesagt nicht was. Na ja einen ganzen Eimer tgl wuerde ich nicht gerade substituieren

Subject: Re: Eiweiss!

Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Wed, 31 Oct 2007 23:09:50 GMT

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

tino nimmst du selber eiweiss?

wenn ja, welches? whey? wo bekomme ich das am günstigsten?

wobei eiweiss hab ich immer das gefühl dass ich vermehrt HA hab :-/

Subject: Re: Eiweiss!

Posted by [pippo24](#) on Thu, 01 Nov 2007 11:59:45 GMT

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

Zitat:Gibts da bei der einnahme irgendwas zu beachten?

Ich meinte zwecks guter resorption.

NAC immer mit Vit C,Mg nicht mit Ca etc.

Subject: Re: Eiweiss!

Posted by [pilos](#) on Thu, 01 Nov 2007 12:38:25 GMT

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

pippo24 schrieb am Mit, 31 Oktober 2007 23:09Mal zu eiweiss

Gibts da bei der einnahme irgendwas zu beachten?

ja..... es einfach nicht einnehmen...und sich ausgewogen zu ernähren...

Subject: Re: Eiweiss!

Posted by [Alibi](#) on Thu, 01 Nov 2007 13:36:01 GMT

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

tino schrieb am Mit, 31 Oktober 2007 23:24ich wuesste ehrlich gesagt nicht was.Na ja einen ganzen Eimer tgl wuerde ich nicht gerade substituieren

da würden die nieren aber nen luftsprung machen^^

bei einer hohen eiweisszufuhr (wie z.b. bei bodybuilding) sollte man viel wasser am tag trinken...
