
Subject: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [dht-lover](#) on Tue, 07 Jul 2015 07:39:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Leidensgenossen,

kurz meine Geschichte,

zuerst lange Fin genommen, Top Resultate, schlechte Libido, abgesetzt
Kirkland Minox lange benutzt, vermutlich Status gehalten, abgesetzt weil es genervt und gejuckt hat

Situation verschlechtert (war zu erwarten)

Dann täglich mega Dosis Antioxidantien mit purem Quark (ca. 300 bis 500 Gramm pure Aronia, Goji, Trockenpflaumen etc..) genommen, gute Resultate, wurde fast Faltenfrei (bekam andauernd zu hören dass ich nicht eine Falte habe und ich war damals 32!!!) und Haar wurde dichter und Feedback war positiv dass sich was tut.. dann abgesetzt weil konnte es nicht mehr essen, kriegs heute kaum noch runter

Dann 2014 Situation wieder verschlechtert

Habe dann 2014 folgendes probiert:

zuerst

3 Monate DIM (Diindolylmethane) - keine Auswirkung auf Haarsituation - Idee kam daher, dass Östrogen ja schlecht wäre, dies würde es stark unterdrücken...

danach

3 Monate hochdosiertes Biotin (100mg) - keine Auswirkung auf Haarsituation - dafür wuchsen meine Nägel in einem Wahnsinns Tempo

danach

3 Monate Ket Shampoo in Verbindung mit DS Laboratories Revita High Performance - deutliche Verschlechterung der Haarsituation - mittlerweile scheinen schon teile vom Vorderkopf durch und beim Waschen rieseln nur so die Haare

War schon echt am Verzweifeln.... Dazu kam dass ich graue Haare bekam. Meine Freundin hat mich fast täglich darauf angesprochen. Was mich noch mehr bedrückte. Mittlerweile konnte man Sie nicht mehr zählen oder rausziehen, es waren zu viele.

Dann im Fernsehen einen Bericht gesehen, dass "salicylsäure" Entzündungshemmend sein soll. Darauf gegoogelt worin viel davon enthalten ist. Dann habe ich hier gelesen, dass Entzündungshemmend = gut = da Haarfolikel überlebt .. so simpel zusammengereimt. Bitte entschuldigt meine simple Erklärung.

Gefunden dass eine sehr hohe Dosis in Himbeeren und Blaubeeren enthalten sein soll, welche zugleich sehr wenige Kalorien haben.

Seitdem esse ich jeden Tag 150 bis 300 Gramm Blaubeeren. Falls es diese nicht gibt, dann esse ich aufgetaute Himbeeren.

Dazu nehme ich jeden Tag morgen 1000mg Himbeer Ketone und Nachmittags weitere 1000 mg

Himbeer Ketone

Dann wurde ganz häufig darüber gesprochen, dass es mega wichtig sei, die Kopfhaut zu durchbluten. Da bin ich auf Hagedorn gestoßen. Jetzt gibt es jeden Tag 2 mal am Tag Hagedorn Tabletten .. die Dosis habe ich gerade nicht zur Hand. Hagedorn soll die Durchblutung stark anregen. Das tut es auch, sobald ich diese nehme und Sport betreibe bin ich rot wie eine Karotte und ich hoffe das wirkt sich auch auf die Kopfhaut aus. Auch habe ich Hagedorn Tabletten in die Minox Mischung (ich nehme gerade Alopxy) gemischt.

Jetzt zu den Resultaten. Nach knapp 2.5 Monaten kann ich sagen, es tut sich was. Ich habe das Gefühl die Haare werden wieder dichter, es fallen deutlich weniger aus und die Griffigkeit kommt langsam wieder. Das Durchschimmern der Kopfhaut ist weniger.

Vor allem, das AGA typische Jucken, z.B. nachdem man sich einen runtergeholt hat ... ist damit weg! Ich kann am AGA jucken immer ganz gut feststellen, scheiße meine Haare fallen aus.

Vielleicht ein Ansatz salicylsäure lokal zu verwenden?

Ich bleibe am weiter bei dieser Therapie und werde berichten.

Ein wenig Off-Topic:

Wie oben erwähnt, bin ich mit meinen grauen Haaren nicht zufrieden. Es macht mich älter und zusammen mit diffusem Haar sieht es einfach nicht schön aus. Dann habe ich im Januar mit L-Tyrosin angefangen.

Meine Dosis sieht folgendermaßen aus:

morgens nüchterner Magen 2500 mg L-Tyrosin + 2 mg Kupfer

der Magen muss nüchtern sein, sonst konkurriert das Tyrosin mit anderen Eiweißen und der Effekt kommt nicht zu Stande.

Ich gehe dann erst einmal duschen etc und bevor weitere Tabletten kommen, warte ich 30 Minuten

Ersten Wochen war mir immer ein wenig übel, lag bestimmt am Kupfer, mittlerweile geht's und ich krieg jeden Morgen einen gute Laune Flash.

Resultat! Graue Haare sind weg!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!!! Ich finde nicht ein einziges mehr (okay im Baart ist ganz vereinzelt mal mal eins, da muss man echt schon suchen, welches bestimmt auch wieder seine Farbe ändert)

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Yes No](#) on Tue, 07 Jul 2015 07:52:58 GMT

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

dht-lover schrieb am Tue, 07 July 2015 09:39

Vor allem, das AGA typische Jucken, z.B. nachdem man sich einen runtergeholt hat ... ist damit weg! Ich kann am AGA jucken immer ganz gut feststellen, scheiße meine Haare fallen aus.

Richtig, das ist das was die meisten Leute nicht glauben wollen: Fi*ken kann die Haare fi*ken. Darum ratsam: Immer auch die nofap/nosex-Therapie versuchen, könnte sich haartechnisch lohnen. Einfach mal drei Monate oder so den Schniedel nur zum Pinkeln benutzen (und die Medis trotzdem dazu benutzen) und wer weiß..

Re: Salicylsäure. Hier verwenden Leute Diclofenac (topisch!), das auch ein COX-Hemmer ist. Diclofenac hemmt auch die COX-2 besser.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [ricc123](#) on Tue, 07 Jul 2015 08:56:32 GMT

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

Yes No schrieb am Tue, 07 July 2015 09:52dht-lover schrieb am Tue, 07 July 2015 09:39
Vor allem, das AGA typische Jucken, z.B. nachdem man sich einen runtergeholt hat ... ist damit weg! Ich kann am AGA jucken immer ganz gut feststellen, scheiße meine Haare fallen aus.

Richtig, das ist das was die meisten Leute nicht glauben wollen: Fi*ken kann die Haare fi*ken. Darum ratsam: Immer auch die nofap/nosex-Therapie versuchen, könnte sich haartechnisch lohnen. Einfach mal drei Monate oder so den Schniedel nur zum Pinkeln benutzen (und die Medis trotzdem dazu benutzen) und wer weiß..

Re: Salicylsäure. Hier verwenden Leute Diclofenac (topisch!), das auch ein COX-Hemmer ist. Diclofenac hemmt auch die COX-2 besser.

Gibt es dazu irgendwelche Studien? Kommt mir vor als würde das in jedem AGA Forum rumgeistern, aber keiner hat ne anständige Theorie (ausser evtl. Anstieg an DHT, oder Verlust von wichtigen Mineralien)

Ist ja ne tolle Lebensqualität, Haare auf dem Kopf zu haben und dafür kein Sexleben

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Aristo084](#) on Tue, 07 Jul 2015 10:03:38 GMT

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

Yes No schrieb am Tue, 07 July 2015 09:52dht-lover schrieb am Tue, 07 July 2015 09:39
Vor allem, das AGA typische Jucken, z.B. nachdem man sich einen runtergeholt hat ... ist damit weg! Ich kann am AGA jucken immer ganz gut feststellen, scheiße meine Haare fallen aus.

Richtig, das ist das was die meisten Leute nicht glauben wollen: Fi*ken kann die Haare fi*ken. Darum ratsam: Immer auch die nofap/nosex-Therapie versuchen, könnte sich haartechnisch lohnen. Einfach mal drei Monate oder so den Schniedel nur zum Pinkeln benutzen (und die Medis trotzdem dazu benutzen) und wer weiß..

Re: Salicylsäure. Hier verwenden Leute Diclofenac (topisch!), das auch ein COX-Hemmer ist. Diclofenac hemmt auch die COX-2 besser.

Jep, darum ist bei mir noch was neues im Regime, was überhaupt nix kostet: Enthaltbarkeit, mind. 2 Monate. Dut hilft auch ganz gut, das man das locker schafft.

Guckt euch auch das an, erklärt auch einiges: https://www.youtube.com/watch?v=gA_Qs8nshT4

Warum wohl Boxer z.B. vor ihrem Wettkampf 2 Monate vorher enthaltsam leben? Energie, Kraft, Ausdauer, alles nur von Vorteil. Schei** aufs fi**en! Auf die paar Sek. g**les Gefühl Orgasmus beim abs****en kann man als gut Mann verzichten! Wenn man eine Freundin hat muss man sie halt anderwertig befr****en und nicht mit seinem S*****z. Wenn sie deswegen einen anderen sucht, hat sie euch eh nicht verdient.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Yes No](#) on Tue, 07 Jul 2015 13:15:40 GMT

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

ricc123 schrieb am Tue, 07 July 2015 10:56

Gibt es dazu irgendwelche Studien?

Neine, es gibt keine so spezielle Studie. Es ist ja auch ein Tabu. Sex ist immer sakrosankt - es kann prinzipiell keine Nebenwirkungen (d.h. unerwünschte Wirkungen) erzeugen. Wer auch immer dieses Thema in so Foren bringt wird sofort verbal totgeschlagen.

Was es gibt sind Untersuchungen bzgl der hormonellen Änderungen bei so einem Akt; aber das ist wohl wenig hilfreich, da auch nicht speziell bei Personen mit AGA usw.

Es scheint auch nicht jeden mit AGA zu betreffen, bzw nicht in demselben Maß.

Aus eigener Erfahrung heraus glaube ich nicht, dass es direkt mit dem T/DHT zu tun hat, weil es auch unter 5-ar-Hemmern und Antiandrogenen auftritt. Vielmehr glaube ich es hat mit anderen entzündungsfördernden Substanzen zu tun, wie etwa bestimmten Prostagladinen (z.B. PGD2).

Jemand hat mal (in einem anderen Forum) - scherzhaft oder auch nicht - gemeint, er nimmt eine Aspirin davor. Nun ist ASS ein COX-Hemmer und verhindert tatsächlich Prostagladine, wie z.B. das PGD2.. Müßte man mal ausprobieren. Problem dabei: PGD2 ist bei der Erektion involviert...

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Aristo084](#) on Tue, 07 Jul 2015 13:25:12 GMT

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

Yes No schrieb am Tue, 07 July 2015 15:15ricc123 schrieb am Tue, 07 July 2015 10:56

Gibt es dazu irgendwelche Studien?

Müßte man mal ausprobieren. Problem dabei: PGD2 ist bei der Erektion involviert...

Was soviel heisst wie, man darf nicht mal einen H***en bekommen. Also wenn jemand trotz Fin, Dut, Minox, Ket und RU noch immer die Haare verliert, sollte er als letzten Ausweg mal Enthaltbarkeit leben versuchen, auch wenn es Anfangs schwer fällt. Dut oral ED erleichtert das

ENORM.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Yes No](#) on Tue, 07 Jul 2015 13:29:27 GMT

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

Aristo084 schrieb am Tue, 07 July 2015 15:25

Was soviel heisst wie, man darf nicht mal einen H***en bekommen.

Im Prinzip ja. Aber ich habe darauf angespielt, dass dann die Erektion schwierig(er) wird - aber man kann ja auch topisch behandeln, so dass weniger systemisch geht.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Aristo084](#) on Tue, 07 Jul 2015 13:33:42 GMT

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

Yes No schrieb am Tue, 07 July 2015 15:29Aristo084 schrieb am Tue, 07 July 2015 15:25

Was soviel heisst wie, man darf nicht mal einen H***en bekommen.

Im Prinzip ja. Aber ich habe darauf angespielt, dass dann die Erektion schwierig(er) wird.

Im Video das ich oben verlinkt habe, wird ja auch erklärt, dass der Körper mit der Zeit kein verlangen mehr nach Sex abgibt. Dauerschlapp ist dann die Folge. Die Erektion wird ja durch die 5AR Hemmer schon schwieriger, ohne Stimulation geht da bei mir z.B. gar nichts. Da kann ich noch soviel an nackte denken. Sonst ist das Video (6 Teile) echt toll erklärt, Enthaltbarkeit bringt ja noch um einiges mehr. Das kann sich ein "Normalo" ja gar nicht vorstellen. Wir leben in einer sexbesessenen Welt. Leider. In vielen Werbeproschüren viele halbnackte Weiber, und viele Männer meist mit vollen Haaren...

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [ricc123](#) on Tue, 07 Jul 2015 13:34:32 GMT

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

Yes No schrieb am Tue, 07 July 2015 15:15ricc123 schrieb am Tue, 07 July 2015 10:56

Gibt es dazu irgendwelche Studien?

Neine, es gibt keine so spezielle Studie. Es ist ja auch ein Tabu. Sex ist immer sakrosankt - es kann prinzipiell keine Nebenwirkungen (d.h. unerwünschte Wirkungen) erzeugen. Wer auch immer dieses Thema in so Foren bringt wird sofort verbal totgeschlagen.

Was es gibt sind Untersuchungen bzgl der hormonellen Änderungen bei so einem Akt; aber das ist wohl wenig hilfreich, da auch nicht speziell bei Personen mit AGA usw.

Es scheint auch nicht jeden mit AGA zu betreffen, bzw nicht in demselben Maß.
Aus eigener Erfahrung heraus glaube ich nicht, dass es direkt mit dem T/DHT zu tun hat, weil es auch unter 5- α -Hemmern und Antiandrogenen auftritt. Vielmehr glaube ich es hat mit anderen entzündungsfördernden Substanzen zu tun, wie etwa bestimmten Prostagladinen (z.B. PGD2). Jemand hat mal (in einem anderen Forum) - scherzhaft oder auch nicht - gemeint, er nimmt eine Aspirin davor. Nun ist ASS ein COX-Hemmer und verhindert tatsächlich Prostagladine, wie z.B. das PGD2.. Müßte man mal ausprobieren.

Naja ein objektives Ergebnis zu erhalten ist aber dennoch unwahrscheinlich.

Dazu müsste wohl jemand der AGA hat überhaupt nichts mehr Einnehmen oder topisch auftragen und mind. 6 Monate enthaltsam sein, um Objektivität zu gewährleisten. Denke zum einen, dass quasi niemand sich auf No Fap o.ä. beschränkt im Kampf gegen AGA, daher sind Erfahrungsberichte von jemanden der sagt ich nehme Fin und mein Status ist jetzt besser seitdem ich nicht mehr fappe für mich nichts wert. Kann mir ehrlich gesagt auch nicht vorstellen, dass eine kurzfristige PGD2 Erhöhung eine direkte Wirkung auf den AGA zu haben. Kann mir aaber vorstellen, dass PGD2 wohl nicht nur durch fappen ausgeschüttet wird, sondern auch durch andere alltägliche Dinge?

Naja ich denke auf Sex zu verzichten um Haare zu haben ist irgendwie paradox. Klar viele brauchen Haare für das Selbstwertgefühl etc. aber im Endeffekt geht es immer auch um die Frauen (vor allem bei den Jüngeren unter uns, die noch nicht verheiratet sind o.ä.)

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Yes No](#) on Tue, 07 Jul 2015 14:10:47 GMT

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

ricc123 schrieb am Tue, 07 July 2015 15:34Kann mir aaber vorstellen, dass PGD2 wohl nicht nur durch fappen ausgeschüttet wird, sondern auch durch andere alltägliche Dinge?

Ja - z.B. Stress. Wird auch immer bei AGA negativ gesehen. Kenne ich auch so aus Erfahrung, z.B. bei langwierigen Streitgesprächen erzeugt das (bei mir) auch in etwa dasselbe unangenehme Gefühl im Bereich Gesicht und Kopfhaut, so eine Art brennen.

In einer Abhandlung bin ich auf eine bemerkenswerte Behauptung gestoßen: "Aristotle thought that sexual intercourse was the cause of balding."

Wenn das stimmt, dann ist sowas z.B. nicht nur ein Produkt von Internetforen-Trollen.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Wed, 08 Jul 2015 07:30:02 GMT

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

@dht-lover

Danke für deinen Intressanten Beitrag.

In welcher Form liegt dein Kupfer preparat vor? Supplementierst du auch Zink?
Soweit ich weiss gibt es 3 Formen von SOD (Kupfer, Zink und Mangan)
Topisch bringen ja die einigen die Kupferpeptide was. Soll Antibakteriell Wirken.

Hast du auch schon mal FO TI versucht. Soll auch helfen gegen graue Haare enthält Melanin und Phytoöstrogene.

Nehme manchmal 2Gramm und habe ab und zu nen Ständer danach

Ja mit Antioxidantien kann man wirklich fast Faltenfrei werden. Ich habe sehr gute Erfahrung mit Pycnogenol (Frenche Pine Bark extract) und Vitamin C (Amla Extrakt)

Für die Durchblutung sollen Ingwer und Gingko super helfen.

Um die Durchblutung im Kopf(haut) zu Fördern soll man sich täglich 10-20 Min mit Wildschwein Bürste bürsten (Entfernt Schuppen und regt Durchblutung an)

Sowie die Inversion Methode. Dabei lässt man einfach den Kopf hängen. oder Kopfstand 2Min 2x täglich. (Soll Angeblich auch angesammeltes DHT Abtransportieren.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Aristo084](#) on Wed, 08 Jul 2015 09:27:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich werde dieses Kelual DS jetzt auch mal testen. Ab und zu kann ich trotz Ket, auch direkt nach der Wäsche, noch so weisse Schuppen von der Kopfhaut runter kratzen. Remolan hier im Forum hat ja auch dieses Problem.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [ricc123](#) on Wed, 08 Jul 2015 10:17:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aristo084 schrieb am Wed, 08 July 2015 11:27Ich werde dieses Kelual DS jetzt auch mal testen. Ab und zu kann ich trotz Ket, auch direkt nach der Wäsche, noch so weisse Schuppen von der Kopfhaut runter kratzen. Remolan hier im Forum hat ja auch dieses Problem.

Ich benutze fast täglich Revita (1% Ket), und hab auch immer extrem viele Schuppen....können aber natürlich auch vom Topical kommen

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Aristo084](#) on Wed, 08 Jul 2015 10:33:54 GMT

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

ricc123 schrieb am Wed, 08 July 2015 12:17Aristo084 schrieb am Wed, 08 July 2015 11:27Ich werde dieses Kelual DS jetzt auch mal testen. Ab und zu kann ich trotz Ket, auch direkt nach der Wäsche, noch so weisse Schuppen von der Kopfhaut runter kratzen. Remolan hier im Forum hat ja auch dieses Problem.

Ich benutze fast täglich Revita (1% Ket), und hab auch immer extrem viele Schuppen....können aber natürlich auch vom Topical kommen

Jep, darum wechsel ich bei 8% RU zum K&B. Im Lipogaine ist ja auch Ethanol + PG drin. Belastet die KH schon so genug. Aber auch in der 1 wöchigen Pausenzeit habe ich noch diese Schuppen. Muss also nicht unbedingt am Topical liegen. Kann auch an Dut liegen, weil es die KH wirklich sehr trocken legt. Aber jucken usw... null. Habe also nicht wirklich Probleme damit.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [ricc123](#) on Wed, 08 Jul 2015 10:36:43 GMT

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

Aristo084 schrieb am Wed, 08 July 2015 12:33ricc123 schrieb am Wed, 08 July 2015 12:17Aristo084 schrieb am Wed, 08 July 2015 11:27Ich werde dieses Kelual DS jetzt auch mal testen. Ab und zu kann ich trotz Ket, auch direkt nach der Wäsche, noch so weisse Schuppen von der Kopfhaut runter kratzen. Remolan hier im Forum hat ja auch dieses Problem.

Ich benutze fast täglich Revita (1% Ket), und hab auch immer extrem viele Schuppen....können aber natürlich auch vom Topical kommen

Jep, darum wechsel ich bei 8% RU zum K&B. Im Lipogaine ist ja auch Ethanol + PG drin. Belastet die KH schon so genug. Aber auch in der 1 wöchigen Pausenzeit habe ich noch diese Schuppen. Muss also nicht unbedingt am Topical liegen. Kann auch an Dut liegen, weil es die KH wirklich sehr trocken legt. Aber jucken usw... null. Habe also nicht wirklich Probleme damit.

Ja ich bin mir auch nicht ganz sicher, hab in den pausen auch schuppen..

Ich benutze jetzt das Redken Cerafill (Stemoxydine) als Vehikel für das RU mal schauen wie das damit läuft

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [dht-lover](#) on Wed, 08 Jul 2015 11:35:48 GMT

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

Aus eigener Erfahrung, juckt es nicht wenn ich nur einen Harten bekomme. Ich nehme ab und zu

Yohimbin zum abnehmen, dann wache ich nachts mit einer super harten Latte auf und es juckt überhaupt nicht. Hole ich mir aber einen runter, jap dann wars das, das gekratze und gejuckte ist da....

Auch ist mir aufgefallen, sobald ich unter Stress bin und lange nichts esse (z.B. Kundenbesuch), dann kommt dasselbe jucken...

Hat der Insulinspiegel vielleicht auch Einfluss?

Als Kupfer nutze ich dieses hier:

http://www.amazon.de/gp/product/B0068J5D0Y?psc=1&redirect=true&ref_=oh_aui_detailpage_o05_s00

vermutlich kein Gutes, Hersteller sieht jetzt nicht so dolle aus,

Fo Ti habe ich mir bestellt, bin gespannt

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Yes No](#) on Wed, 08 Jul 2015 12:38:39 GMT

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

dht-lover schrieb am Wed, 08 July 2015 13:35

Hat der Insulinspiegel vielleicht auch Einfluss?

Insulin (exzessives) begünstigt die Herstellung der Arachidonsäure, die dann bei entzündlichen Erkrankungen wie AGA wahrscheinlich verstärkt zu entzündungsfördernden Botenstoffen weiterverarbeitet wird.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Wed, 08 Jul 2015 12:39:41 GMT

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

Fo Ti hab ich grad 1KG in China bestellt. Hat Geruch von Zigarettenasche aber wenn man die Wurzel einweicht und dann Zerkaut ist es ganz ok.

Goji Beeren finde ich Klasse (Packung der Beeren in 1Liter Gefäß 24h ziehen lassen) Der Saft wirkt wunderbar. Die Beeren kann man später in Smoothie, Müsli oder Riegel integrieren.

Noch besser als die Goji Beeren sind die schwarzen Goji Beeren welche nicht kultiviert werden können und nur aus Wildsammlung stammen. Da diese nur in den hohen Bergregionen vorkommen produzieren diese mehr Antioxidantien und auch OPC (herkömmliche Goji haben kein OPC) Natürlich sind diese auch um einiges teurer.

Benutze auch ab und zu Ket. Schuppen hatte ich auch lange Zeit aber ist mit Apfelessig Spülungen (10% Naturtrüber nicht pasteurisierter Apfelessig) sind die weg. Auch Wacholderbeeren Öl ins Ket wirkt Wunder!

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [dht-lover](#) on Wed, 08 Jul 2015 12:56:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yes No schrieb am Wed, 08 July 2015 14:38dht-lover schrieb am Wed, 08 July 2015 13:35
Hat der Insulinspiegel vielleicht auch Einfluss?

Insulin (exzessives) begünstigt die Herstellung der Arachidonsäure, die dann bei entzündlichen Erkrankungen wie AGA wahrscheinlich verstärkt zu entzündungsfördernden Botenstoffen weiterverarbeitet wird.

na super, ausgerechnet in meinem Lebensmittel Nr.1 Pute ist mega viel Arachidonsäure ... was ein scheiss Kreislauf:

- Schweineschmalz: 1700mg pro 100g
- Schweineleber: 600mg pro 100g
- Eigelb: 250mg pro 100g
- Thunfisch: 280mg pro 100g
- Leberwurst: 230mg pro 100g
- Pute und Hähnchenfleisch: 170mg pro 100g
- Schweinefleisch: 120mg pro 100g
- Butter: 110mg pro 100g
- Rindfleisch: 20mg pro 100g

wichste dir einen, gehen die Haare flöten
isst Du Protein und kalorienbewusst, gehen dir die Haare flöten...

so langsam hasse ich Mutter Natur

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Yes No](#) on Wed, 08 Jul 2015 13:11:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

In deinem obigen Beispiel mit dem Hunger, wird eher Cortisol das entzündungsfördernde Hormon sein.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Wed, 08 Jul 2015 13:52:49 GMT

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

Arachidonsäure findet sich in zahlreichen Lebensmitteln. Besonders hoch ist ihr Anteil in Schweineschmalz (1700 mg pro 100 g), Schweineleber (870 mg pro 100 g), Eigelb (297 mg pro 100 g), Thunfisch (280 mg pro 100 g) und Leberwurst (230 mg pro 100 g). Darüber hinaus kann es bei zuckerreicher Ernährung zu einer verstärkten hormonell gesteuerten Einschleusung in die Zellen kommen. Stark linolsäurehaltige Pflanzenöle und davon abgeleitete Produkte enthalten selbst kaum die reine Arachidonsäure, jedoch tragen die Baustoffe zu deren Bildung bei und unterdrücken zusätzlich natürliche Gegenspieler der Arachidonsäure (z. B. Omega-3-Fettsäuren).

Mechanismus:

Das grosse Problem ist die Arachidonsäure, da aus ihr Prostaglandine Serie 2 gebildet werden. Diese verstärken oder verursachen erst Entzündungen, verengen die Blutgefäße, verstärken die Blutgerinnung und verstärken die Schmerzwahrnehmung. Sie lösen im Körper die notwendigen Maßnahmen aus, um auf Wunden oder andere Verletzungen zu reagieren. Die Arachidonsäure gehört zu den Serie 2 Eicosanoiden.

Die Serie 1+3 Eicosanoiden verhalten sich genau umgekehrt:

Die Serie 1: haben viele positive Effekte wie eine starke Entzündungshemmung und Verringerung der Blutgerinnung.

Die Serie 3: Neben verschiedenen anderen Funktionen verringern sie die Entstehung der Serie-2 Prostaglandine und werden deshalb oft als (indirekt) entzündungshemmend beschrieben.

Ziel ist also möglichst wenig Serie 2- und möglichst viele Serie 1+2-Eicosanoide zu bilden

Dies kann erreicht werden durch:

Alpha-Linolensäure: Zieht Enzymaktivität der Delta-5-Desaturase auf sich, die somit weniger Arachidonsäure produziert (siehe Bild)

Aktivierung der Delta-6/5-Desaturasen: Vitamin B und C, Magnesium und Zink

Gamma-Linolensäure: ist Vorläufer der "stark entzündungshemmenden" Serie-1 wie auch der "entzündungsverstärkenden" Serie-2-Eicosanoide (siehe Sesam etwas weiter unten)

EPA: Vorläufer der Serie-3-Eicosanoide (die die Arachidonsäure-Produktion unterdrücken)

Vitamin E: Zerstört freie Radikale, die von Entzündungen freigesetzt werden und Omega-Fettsäuren angreifen. Dazu inhibiert Vitamin E wie Kortisol die Phospholipase und wirkt so entzündungshemmend

Konsum einschränken bei tierischen Fetten und linolsäurehaltigen Pflanzenölen: Sie enthalten entweder Arachidonsäure oder aus ihr werden Arachidonsäure gebildet und

gleichzeitig der natürliche Gegenspieler Omega-3 behindert, da beide die gleichen Desaturasen benutzen

1.) Die Zufuhr von Gamma-Linolensäure (zieht keine Enzymaktivität auf sich) produziert indirekt die stark entzündungshemmenden Serie-1-Prostaglandine und ist ausserdem wichtig für Nerven und senkt den Blutdruck

2.) Die Delta-5-Desaturase wird durch Alpha-Linolensäure beansprucht wodurch weniger Arachidonsäure aus Gamma-Linolensäure gebildet wird

3.) Zufuhr von EPA unterdrückt die Arachidonsäureproduktion

Minimierung der aus Arachidonsäure entstehenden Eikosanoide:

Weihrauch (Boswelliasäure): unterdrückt die Umwandlung von Arachidonsäure in Leukotriene (das sind Immunsystem-Krieger-Zellen in weissen Blutkörpern), die entzündetes Gewebe angreifen.

Und wie arbeiten gewöhnliche Schmerzmittel?

Für die Synthese der Prostaglandine braucht es zusätzlich die Cyclooxygenasen (COX). Werden diese gehemmt entstehen aus Arachidonsäure auch keine schädlichen Serie-2-Prostaglandine mehr. Allerdings hemmen diese Medikamente auch deren natürliche Gegenspieler, die Serie-1- und die Serie-3-Prostaglandine.

Tägliche Dosierung:

Alpha-Linolensäure 1200 mg

Gamma-Linolensäure 600 mg

Vitamin E 400mg

EPA 900 mg (1/10 EPA=120mg aus Alpha-Linolensäure)

Fazit:

Wie die Synthese der Serie-2-Prostaglandine unterbrochen wird spielt letztendlich keine Rolle. Für chronische Schmerzen eignen sich Omega-Fettsäuren sicher besser und sind auch nicht weniger effektiv, aber nicht gerade billig (Total 150.-/Monat!!) .

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Aristo084](#) on Wed, 08 Jul 2015 14:01:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dann ist ja sogar Leinöl kontraproduktiv.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 08 Jul 2015 15:09:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yes No schrieb am Tue, 07 July 2015 09:52dht-lover schrieb am Tue, 07 July 2015 09:39
Vor allem, das AGA typische Jucken, z.B. nachdem man sich einen runtergeholt hat ... ist damit weg! Ich kann am AGA jucken immer ganz gut feststellen, scheiße meine Haare fallen aus.

Richtig, das ist das was die meisten Leute nicht glauben wollen: Fi*ken kann die Haare fi*ken.
Darum ratsam: Immer auch die nofap/nosex-Therapie versuchen, könnte sich haartechnisch lohnen. Einfach mal drei Monate oder so den Schniedel nur zum Pinkeln benutzen (und die Medis trotzdem dazu benutzen) und wer weiß..

Re: Salicylsäure. Hier verwenden Leute Diclofenac (topisch!), das auch ein COX-Hemmer ist.
Diclofenac hemmt auch die COX-2 besser.

Ich vermute eher, dass beim Sex die Kopfmuskulatur stark angespannt wird.
Daher werden die Haarfollikel von der Blutversorgung abgeschnitten und somit kommt es zum jucken.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 08 Jul 2015 15:20:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Warum sollten Antioxidantien vor Falten schützen?
Die meisten Falten entstehen doch durch Muskelverspannungen / ständiges Stirnrunzeln etc.
Was Antioxidantien da bewirken sollen, ist mir schleierhaft.

Für die Elastizität des Bindegewebes braucht man Vitamin C, Lysin und Silizium.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Wed, 08 Jul 2015 21:08:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Nordwood hat echt noch jemand Sex mit dir?

Antioxidantien wirken Generell der Alterung entgegen (Zellschäden)
<http://beauty.erdbeerlounge.de/anti-aging/Antioxidantien/>

Schau mal Japanerinnen an die meiden die Sonne wie die Pest wegen den UV Strahlen.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Wed, 08 Jul 2015 21:12:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: In a test of the effectiveness of the invention, four middle-aged males with rapidly progressing baldness were treated orally with either 6g of evening primrose oil or 6g of a mixture of evening primrose oil and concentrated fish oil (20%) per day. The primrose oil provided approximately 90mg of 18:3n-6 (gamma-linolenic acid, GLA) per gram and the fish oil 180mg of 20:5n-3 (eicosapentaenoic acid, EPA) and 120mg of docosahexaenoic acid (DHA) per gram. After delays of 4 to 8 weeks, all four individuals reported unequivocal hair growth, with extension of hair growth to previously bald areas of the scalp, and a strengthening of growth in those areas where hair was present but thinning. Topical application of the unsaturated fatty acids provides better results by increasing the concentration of the fatty acid at the hair follicle level.

In further tests, one male applied pure evening primrose oil twice per day to half the beard area. After about two weeks, the rate of beard growth on the side of the face to which the oil had been applied was definitely less than on the other side. Similarly, one female shaved both legs and then applied evening primrose oil twice daily to one leg only. After a period of 6-8 weeks it could be seen that the rate of hair growth was substantially less on the leg to which the oil had been applied.

These preliminary tests indicate that both oral and topical application of unsaturated fatty acids is able to modulate the actions of androgens on the hair follicles, stimulating hair growth on the scalp and reducing it on other areas of the body.

Quelle

<http://www.iherb.com/Nature-s-Bounty-Evening-Primrose-Oil-1000-mg-60-Softgels/32278#p=1&os=1&disc=0&lc=en-US&w=gla%2090mg&rc=1&sr=null&ic=1>

1 Gramm mit 90mg GLA. Davon sollte man 5 Stück nehmen und eine davon

<http://www.iherb.com/Nature-Made-Fish-Oil-1200-mg-100-Liquid-Softgels/40399#p=1&os=1&disc=0&lc=en-US&w=fish%20oil%201g&rc=1323&sr=null&ic=10>

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 09 Jul 2015 13:59:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

reneschaub schrieb am Wed, 08 July 2015 23:08@Nordwood hat echt noch jemand Sex mit dir?

Antioxidantien wirken Generell der Alterung entgegen (Zellschäden)

<http://beauty.erdbeerlounge.de/anti-aging/Antioxidantien/>

Schau mal Japanerinnen an die meiden die Sonne wie die Pest wegen den UV Strahlen.

Sonne ist aber äußerst wichtig wegen Vitamin D.

Soll man diese wirklich meiden?

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Thu, 09 Jul 2015 19:56:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

In die pralle Sonne ist sicher ungesund. Mann bildet auch genug Vit D durch indirekte Sonnenstrahlung. Die Nahrung enthält zudem konsentiertes Licht (Biophotonen)

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Der Teufel mit den drei g](#) on Fri, 10 Jul 2015 19:42:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich gehe davon aus, dass das typische AGA-Jucken (wenn es das denn tatsächlich gibt - gibt es vielleicht eine Studie dazu??) durch den Stoff Histamin hervorgerufen wird. Histamin ist für das Jucken bei Allergien verantwortlich und reizt die Nerven. Ausgeschüttet wird es von Mastzellen. Letztendlich kann Histamin allerdings auch PGD2 erhöhen, allerdings über ein, zwei Zwischenschritte. Auch in Lebensmitteln kommt es vor und kann problematisch werden (vgl. Histaminintoleranz).

Hab ein bisschen gegoogelt und herausgefunden, dass Histamin bei Sex ausgeschüttet wird. Würde also gut passen! Hier eine (allerdings nicht wirklich optimale) Quelle:

<http://www.symptome.ch/vbboard/histamin-intoleranz/29208-histamin-kundalini.html>

Die Sexualröte bei Frauen soll danach auch durch Histamin zustande kommen und ein hoher Histaminspiegel steht angeblich im Zusammenhang mit verfrühter Ejakulation, auch sehr interessant!

Und Erfahrungsberichte von Leuten mit Histaminintoleranz zeigen, dass bei denen der Sex wirklich unangenehm werden kann.

Der Juckreiz kann natürlich auch mit PGD2 zusammenhängen. Mein Jucken fühlt sich allerdings irgendwie so allergisch an. Kenne das, da ich auf einige Pflanzen allergisch reagiere.

Subject: Aw: salicylsäure + himbeer ketone + Hagedorn
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Fri, 10 Jul 2015 21:34:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Histamin Ausschüttung kann man gut minimieren durch Quercetin. (Stabilisiert die Membran der Mastzellen) Einfach Salat Essen mit viel Zwiebel
