
Subject: Chili und Cortisol

Posted by [werner 127](#) on Tue, 01 Apr 2014 14:08:40 GMT

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

Hi zusammen,

eigentlich bin ich ja nicht mehr aktiv, weil alles gut ist, aber die idee möchte ich noch weitergeben. eine arbeitskollegin hat mir erzählt, dass der körper (zu) scharfes essen als entzündung wahrnimmt und als reaktion darauf cortisol ausschüttet. das könnte in zweierlei hinsicht gegen AA nützlich sein. erstens wird cortisol gegen entzündungen ausgeschüttet und dürfte somit auch die entzündeten haarwurzel bekämpfen. und zweitens hat das immunsystem ne ablenkung.

wir sind darauf gekommen, weil ich ihr essen mit wirklich sauscharfen chilis (havaneros) probiert habe und danach mein kreislauf ein bißchen runter war. und das kommt eben von dem cortisol. ist sicher nicht jedermann's sache scharf zu essen, aber ich würd's ab und zu ausprobieren. war übrigens auch teil meiner "therapie", ich wußte aber nur, dass chilis selbst halt entzündungshemmend wirken.

viel erfolg!

werner

Subject: Aw: Chili und Cortisol

Posted by [sommersprosse](#) on Tue, 08 Apr 2014 16:19:54 GMT

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

ich habe eine Zeit lang wirklich sehr scharf gegessen über einen langen Zeitraum..seit einiger Zeit esse ich nicht mehr so scharf bzw. nicht immer und meine Haare wachsen trotzdem wieder seit Juni? Juli? also bei mir gibt es da sicher keinen Zusammenhang....aber ausprobieren kann und soll man alles....
