
Subject: Hormon-Yoga und Alfalfasprossen

Posted by [lavender](#) on Fri, 13 Mar 2009 06:40:22 GMT

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

Hallo an alle Frauen, die diffusen HA haben. (und vielleicht auch für AGA-Frauen, wer weiß?)

Ich habe vor einigen Wochen Hormon-Yoga entdeckt und mache in einem Studio einen Kurs. In der letzten Übungsstunde habe ich von meinem HA erzählt. Da erzählte mir eine andere, dass sie seit längerer Zeit täglich frisch gepressten Alfalfa-Saft (aus selbst gezogenen Sprossen) zu sich nimmt und ihre Haare dadurch viel dicker geworden sind, so dass es auch anderen aufgefallen ist (sie hat tolle Haare). Da ich bei meinen Haaren das Gefühl habe , dass sie nicht nur weniger, sondern auch dünner werden, probiere ich das jetzt aus.

Die Frau nimmt jedoch jeden Tag eine Menge zu sich, die einem handelsüblichen Kästchen Kresse entspricht. Sie sagt es gibt auch Alfala-Tabletten in Rohkostqualität, die aber nicht so wirkungsvoll seien. Sie sind eine Alternative, wenn man beruflich oder so mehrere Tage unterwegs sein muss.

Meine Frage: wer hat Interesse, das Experiment mit zu starten? Wir könnten uns im Forum über die Ergebnisse austauschen. Dass chlorophyllhaltige Pflanzen gut sind für den Körper, schreibt z. B. auch Dr. John Switzer auf seiner Homepage.

Was mich zuversichtlich macht bei der Empfehlung ist, dass

-- ich die Frau persönlich kenne

-- ich bestätigen kann dass sie tolle Haare hat und

-- sie kein kommerzielles Interesse an der Empfehlung hat

Deshalb werde ich es in jedem Fall ausprobieren. Da ich beruflich viel unterwegs bin, werde ich zwischendurch auch Tabletten nehmen, aber hauptsächlich will ich die Sprossen selber ziehen. Ich bin gespannt, ob jemand Lust hat, mitzumachen.

LG Lavender
