Subject: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by deko on Thu, 23 May 2019 22:22:49 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Auf diversen YouTube Kanälen, sowie auch hier im Forum werden Kokos- und Schwarzkümmelöl gerne als Mittel zur Kopfhautberuhigung und diversen anderen Sachen, speziell nach HT, empfohlen. Kürzlich jedoch habe ich beim Durchstöbern des Forums zwei Beiträge von erfahrenen Usern gefunden, wo Meinungen etwas auseinander gingen. Speziell dem Kokosöl werden nicht allzu gute Eigenschaften zugesprochen. Er soll Poren verstopfen und Pickel fördern. Einer der Mitglieder beschreibt ihn sogar als „Graft Killer".
Ich habe im Internet ein wenig nachrecherchiert und dabei festgestellt, dass Kokosöl ziemlich komedogen ist und als komedogen werden alle Stoffe bezeichnet die Poren verstopfen und dadurch Pickel und Mitesser verursachen. Kokosöl wird als hochkomedogen eingestuft. Eine Substanz mit großer Komedogenität kann also zu Verstopfung der Poren führen. Gemessen wird in einer Skala von 0-5 (Grad 0 = NICHT komedogen, Grad 5 = SEHR komedogen). Kokosöl liegt zwischen Grad 3-4. Link:
https://www.oelversum.de/wp-content/uploads/2018/03/Liste-komedogene-oele.jpg
Damit scheinen die Aussagen der Forum Mitglieder richtig sein. Kokosöl ist in der Tat nicht besonders gut für die Kopfhaut nach einer HT geeignet.
Wie schaut es mit Schwarzkümmelöl aus? Zumindest was die Komedogenität betrifft schneidet er besser als Kokosöl ab und liegt bei Grad 2. Daher scheint Schwarzkümmelöl bessere Alternative zu sein.
Schwarzkümmelöl: https://www.oelversum.de/oele/schwarzkuemmeloel/
Wie sind eure Erfahrungen? Gibt es unter den Forum Mitgliedern jemanden, der die Öle ausprobiert hat und über persönliche Erfahrungen berichten möchte?

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by Statham1 on Fri, 24 May 2019 06:00:05 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

deko schrieb am Fri, 24 May 2019 00:22Auf diversen YouTube Kanälen, sowie auch hier im Forum werden Kokos- und Schwarzkümmelöl gerne als Mittel zur Kopfhautberuhigung und diversen anderen Sachen, speziell nach HT, empfohlen. Kürzlich jedoch habe ich beim Durchstöbern des Forums zwei Beiträge von erfahrenen Usern gefunden, wo Meinungen etwas auseinander gingen. Speziell dem Kokosöl werden nicht allzu gute Eigenschaften zugesprochen. Er soll Poren verstopfen und Pickel fördern. Einer der Mitglieder beschreibt ihn sogar als „Graft Killer".
Ich habe im Internet ein wenig nachrecherchiert und dabei festgestellt, dass Kokosöl ziemlich komedogen ist und als komedogen werden alle Stoffe bezeichnet die Poren verstopfen und dadurch Pickel und Mitesser verursachen. Kokosöl wird als hochkomedogen eingestuft. Eine Substanz mit großer Komedogenität kann also zu Verstopfung der Poren führen. Gemessen wird in einer Skala von 0-5 (Grad 0 = NICHT komedogen, Grad 5 = SEHR komedogen). Kokosöl liegt zwischen Grad 3-4. Link:
https://www.oelversum.de/wp-content/uploads/2018/03/Liste-komedogene-oele.jpg
Damit scheinen die Aussagen der Forum Mitglieder richtig sein. Kokosöl ist in der Tat nicht besonders gut für die Kopfhaut nach einer HT geeignet.

Wie schaut es mit Schwarzkümmelöl aus? Zumindest was die Komedogenität betrifft schneidet er besser als Kokosöl ab und liegt bei Grad 2. Daher scheint Schwarzkümmelöl bessere Alternative zu sein.
Schwarzkümmelöl: https://www.oelversum.de/oele/schwarzkuemmeloel/
Wie sind eure Erfahrungen? Gibt es unter den Forum Mitgliedern jemanden, der die Öle ausprobiert hat und über persönliche Erfahrungen berichten möchte?

Gute Arbeit,

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by deko on Mon, 27 May 2019 16:59:01 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Danke Statham1 :)
Wieder ein interessantes Beitrag gefunden. Hier wurde Schwarzkümmelöl sogar als "Ferrari" unter den Ölen bezeichnet.

Bitte lest selbst:
https://www.alopezie.de/foren/transplant/index.php?t=msg&goto=141189&&srch=schwarzk%C3%BCmmel%C3%B6l+ferrari#msg_141189

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by jorgos1301 on Mon, 27 May 2019 18:26:31 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo deko,

in der Tat habe ich persönlich mit dem Schwarzkümmelöl sehr gute Erfahrungen gemacht. Einige Tage nach der HT habe ich es auf Spender- und Empfängerbereich aufgetragen. Die Wundheilung war hervorragend. Sobald ich kleine Pickel bekam, habe ich es punktuell einmassiert und über Nacht wirken lassen. Die Entzündung ging zurück und die Pickel "wucherten" erst garnicht. Da ich schon viele Jahre Schwarzkümmelöl anwende, auch in anderen Bereichen, kann ich es persönlich empfehlen. Sowohl zur oralen Einnahme, als auch für äußerliche Anwendungen, wie z.B. Neurodermitis, gereizte Hautstellen u.s.w. Dass Öle und Cremes generell Poren verstopfen können, ist ja nichts Neues. Nachdem ich das Schwarzkümmelöl auf Spener- und Empfängerbereich einmassiert habe, ließ ich es 30-60 Minuten einwirken. Je nach dem, was ich grad zwischendurch gemacht habe; danach gründlich ausgespült. Wenn man es nur punktuell anwendet und nicht großflächig, kann es auch mal über Nacht auf der Haut bleiben. Z.b. bei Pickeln. Nicht nur Pickel nach einer HT. Auch bei "normalen" Pickeln. Habe ich zumindest festgestellt. Wenn ich mich mit meinem Rasierer mal zu tief in die Haut geschnitten habe, mach ich einen kleinen Tropfen mit der Fingerspitze auf die Stelle. Beruhigt und es entzündet sich nicht. Ich rasiere mir bei meinem 3-Tagebart vor allem immer die Konturen um Ober- und Unterlippe. Die Hautstellen sind besonders weich und

empfindlich. Da blutet es gerne mal 8)

Kokosöl habe ich nur kurze Zeit genommen. Das Kokosöl wird schon bei "leicht warmen" Temperaturen flüssig. Im Sommer draußen 30 Grad und das Öl schmilzt schon im Badezimmer. Dafür verhärtet es sich wieder recht schnell. Dieser Effekt kann durchaus auf der Haut die Poren verstopfen. Kokosöl zum Kochen ist aber prima..in gewissen Mengen :d .

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by Kyniker on Tue, 28 May 2019 08:53:14 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Moin,

viele nehmen auch Arganöl (Komedogen-Wert: 0)

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by LabraThor on Tue, 28 May 2019 17:13:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Da ich derjenige bin, der Kokosöl als Graftkiller betitelt hat, hätte ich mir doch gewünscht, dass man dann auch es in den Kontext bettet. Ich glaube daaus ging ganz klar hervor, dass ich das ironisch gemeint habe :p

---

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by deko on Tue, 28 May 2019 17:35:45 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo jorgos1301, vielen Dank für Dein ausführliches Feedback :)
Wie war bei dir die Anwuchsrate nach der HT. Bist du mit dem Endergebnis zufrieden?

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by deko on Tue, 28 May 2019 18:00:49 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo LabraThor,
basierend auf hoher Komedogenität von Kokosöl ist deine Ableitung vielleicht gar nicht so abwegig :)
Da könnte meiner Meinung nach auch was Wahres dran sein ;)
Immerhin habe ich mit Recherche erst nach deinem (ironischen) Beitrag angefangen. Das Thema hast du somit indirekt ins Leben gerufen :) Wir sorgen somit für einen Informationsfluss zwischen Forum Mitgliedern und "stillen" Mitlesern.
Am Ende profitieren wir alle davon 8)

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by deko on Tue, 28 May 2019 18:04:10 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Kyniker schrieb am Tue, 28 May 2019 10:53Moin,

viele nehmen auch Arganöl (Komedogen-Wert: 0)
Danke. Hast du mit Arganöl auch persönliche Erfahrungen gemacht?

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by jorgos1301 on Tue, 28 May 2019 19:13:30 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo deko,

immer gern. Mit meiner Anwuchsrate bin ich sehr zufrieden. Zumindest was ich optisch erfassen kann. Und NICHT prozentual. Ich könnte es prozentual nur schwer schätzen. Momentan bin ich 8 Monate und 17 Tage post OP. Meinen Thread kannst Du ja verfolgen. Dort habe ich Fotos gepostet. Ich muss die aktuellsten jetzt nochmal einfügen. Ob das Schwarzkümmelöl die Anwuchsrate positiv beeinflusst, kann ich nicht sagen. Wie ich Dir auch als PN geschrieben habe. Aber ich denke, dass ein guter Heilungsprozess, den ich bei mir durch die Anwendung beobachten konnte, sich durchaus positiv auch auf die "neuen Haare" auswirken kann. Beuge ich schweren Entzündungen vor, ist es immer von Vorteil.

Es ist wirklich schwer zu schätzen ob es jetzt 85%, 90% oder 95% Anwuchsrate sind. Ich weiß Eines ganz sicher: Das Haarbild von vorher zu jetzt hat sich massiv geändert. Und zwar ist die Haarlinie, die GHE und der Oberkopf dichter geworden. Deutlich dichter. GHE hatte ich immer. Ich habe sie auch nie ganz wegmachen lassen. Aber Dr. Demirsoy hat eine ganz eigene Art und Design einen leicht dezenten Bogen an den Schläfen zu verpflanzen. Das fällt mir an mir selber auf, dass es da auch dichter geworden ist. Es hat mein Gesamtbild deutlich verändert. Ich finde am Ende kommt es doch darauf an. Wenn Du angenommen mit "nur" 85% Anwuchsrate sagen kannst: "Wow, das sieht jetzt richtig gut aus zu vorher!", dann hast Du das Ziel erreicht. Wen interessieren da 5% hin oder her? Mich nicht.

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by deko on Wed, 29 May 2019 19:41:13 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo jorgos1301,

schöner kann man es nicht zusammenfassen. Du hast vollkommen Recht; wichtig ist, dass man mit dem Ergebnis selbst glücklich und zufrieden ist.
Meine Op liegt inzwischen 6 Wochen zurück. Die Kopfhaut ist noch sehr gerötet und vereinzelt bilden sich kleine Pickel. Diese sind, nach Auftragen von Schwarzkümmelöl, am nächsten Tag so gut wie verschwunden.

Ich muss aber auch sagen, dass ich sehr empfindliche Kopfhaut habe. Ich gehe davon aus, dass ich mit der Rötung noch ein Weilchen leben muss 8)
Schwarzkümmelöl ist zu meinem täglichen Begleiter geworden. An seiner Wirkung zweifele ich inzwischen nicht mehr...

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by daniel91 on Wed, 29 May 2019 19:47:43 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

LabraThor schrieb am Tue, 28 May 2019 19:13Da ich derjenige bin, der Kokosöl als Graftkiller betitelt hat, hätte ich mir doch gewünscht, dass man dann auch es in den Kontext bettet. Ich glaube daaus ging ganz klar hervor, dass ich das ironisch gemeint habe :p
 :lol: also manchmal....
Ein paar Leute hier...

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by Desmond on Sat, 03 Aug 2019 21:42:49 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Ich trage seit einigen Monaten 2-3 mal die Woche Arganöl und/oder Rizinusöl auf meiner Kopfhaut auf, entweder über Nacht oder 1-3h vor der Haarwäsche. Im März diesen Jahres habe ich nach Jahrelanger Anwendung Minox abgesetzt und trotzdessen momentan einen besseren Haarstatus. Gut möglich, dass es auf die Öle zurückzuführen ist oder NEM.

Seit einer Woche nehme ich auf Kur Basis Oral Schwarzkümmelöl und Oreganoöl ein, um Candidapilz zu beseitigen. Verdauung und Stoffwechsel läuft seitdem wie geschmiert. Oreganoöl hat Eigenschaften wie Antibiotika, bekämpft Bakterien, Viren und Pilze, im Gegensatz zu Antibiotika greift es aber die guten Bakterien nicht an.

Eine Antibiotika Behandlung ist meist der Grund, warum sich im Darm Candida Pilz ansammelt.

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by kuuhkuuh on Tue, 17 Sep 2019 19:30:59 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Wann kann ich eurer Meinung denn frühstens mit Ölen oder ähnlichem nach einer HT anfangen?

Ich bin jetzt 3 Tage Post-OP und habe das Gefühl, dass einfach etwas dauerhafte sanfte "Feuchtigkeit" durch so etwas wie öl gut tun würde, auch da es nicht groß verrieben werden müsste, sondern locker aufgetragen werden könnte (so die Hoffnung).

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by Desmond on Wed, 18 Sep 2019 20:40:27 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

kuuhkuuh schrieb am Tue, 17 September 2019 21:30Wann kann ich eurer Meinung denn frühstens mit Ölen oder ähnlichem nach einer HT anfangen?

Ich bin jetzt 3 Tage Post-OP und habe das Gefühl, dass einfach etwas dauerhafte sanfte "Feuchtigkeit" durch so etwas wie öl gut tun würde, auch da es nicht groß verrieben werden müsste, sondern locker aufgetragen werden könnte (so die Hoffnung).
Würde mich an deiner Stelle mindestens die ersten 2 Wochen strickt an die Anweisungen des Arztes halten.

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by Statham1 on Thu, 19 Sep 2019 14:18:58 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

https://alliance4hair.com/de/saegepalme/

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by thirdMAN on Tue, 08 Oct 2019 17:28:29 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Meiner Meinung nach ist das alles "hokuspokus!

OP ist das einzige was funktioniert.

Oder natürlich Finasterid, was für mich nichts ist, das muss aber jeder selber wissen. Fin drückt halt, bei mir auf jeden Fall, stark die Sexualität. Für mich ist das ein No-Go

Und Minox soll ja auch helfen, das werde ich mal benutzen demnächst.

Aber alles andere ist Homöopathie!

Subject: Aw: Schwarzkümmel.- und Kokosöl. Pro vs. Contra
Posted by Mael on Sun, 05 Jul 2020 18:34:32 GMT
View Forum Message <> Reply to Message

Hallo zusammen,
ich war jahrelanger "Fan" von Kokosöl, sowohl für die Haut als auch zur Haarpflege, ich habe das Öl tatsächlich für fast alles Verwende :) Nach meiner ersten HT im September 2019 hat mein Arzt mir davon aber mehr oder weniger abgeraten, weiterhin Kokosöl zu verwenden. Er meinte, aufgrund seiner Komodgenität wäre es nicht empfehlenswert - und noch etwas

anderes, was ich aber leider nicht mehr zusammen bekomme :roll: Da ich seit einigen Jahren auch an Schuppenflechte leide, welche sehr an der Kopfhaut ausgeprägt ist, hat er mich zu einem bekannten "Naturheilkundler" geschickt. Der Termin war sehr hilfreich. Hier habe ich die Empfehlung erhalten, Kaktusfeigenkernöl zu verwenden. Speziell in meinem Fall (HT & Schuppenflechte) ist Kaktusfeigenkernöl wirklich bestens geeignet. Ich bin kein Experte aber der Antioxidantien-Wert ist verhältnismäßig hoch, sowie Linolsäure, Betanin und Indicaxathin (alle Inhaltsstoffe von Kaktusfeigenkernöl: https://www.wissiko.de/kaktusfeigenkernoel/). Ich verwende das Öl pur in Bio-Qualität, kann es wirklich nur Empfehlen, der sich selbst mit Öl etwas Gutes tun möchte.

Netter Nebeneffekt: meine Hautunreinheiten sind deutlich besser geworden - nachdem ich Kokosöl abgesetzt - und mit Kaktusfeigenkernöl begonnen habe :) - vielleicht für viele Frauen relevant.

Was ich noch wichtig finde: viele Ärzte Empfehlen eventuell nicht gerne pflanzliche Mittel (meine Erfahrung) - sich damit zu beschäftigen, und selbst kritisch zu hinterfragen, ob es einem helfen kann - würde ich jedem gerne ans Herz legen :)

Grüße Lea