

---

Subject: Regeneration fördernde Maßnahmen- Frage an alle!

Posted by [fuselkopf](#) on Tue, 02 Apr 2013 13:13:52 GMT

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

---

Hallo Expertenteam,

kann der Patient selbst etwas tun, um die Regenerationsbedingungen zu optimieren?

Ein beliebtes Mittel den körpereigenen HGH-Spiegel zu erhöhen ist eine Annwedung von Arginin, Ornithin und Lysin.

Hochdosiert vor dem -Zu-Bett-Gehen und direkt nach dem Aufstehen bei niedrigem Blutzuckerspiegel. Das funktioniert natürlich nur "kurweise" also eine begrenzte Zeit. Bringt das was, mit solch einer Kur die Regeneration zu fördern?

---