
Subject: Fingernägelreiben gegen Haarausfall
Posted by [Cabal](#) on Thu, 31 Jul 2014 23:48:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi,
was denkt ihr dazu?
Das scheint irgendeine indische Technik zu sein. Angeblich soll das die Durchblutung in der Kopfhaut fördern.
Ich habe das auch mal bei einem Yogi gesehen der über Gesundheitssachen spricht.
Der hat das auch empfohlen. Glaubt ihr echt das bringt was?

youtube.com/watch?v=suZEaq4HQoQ

Aber ich weiß auch nicht wie lange muss man das machen. Länger als 5 Minuten bekomme ich das nicht hin
das ist verdammt anstrengend.
