

---

Subject: Circadian Rhythm und Hair Loss

Posted by [sh4dy](#) on Thu, 21 Nov 2024 10:46:55 GMT

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

---

Im Huberman Podcast bin ich neulich auf das Thema circadiner Rhythmus gestoßen. Er erwähnte auch das Thema Haarwuchs.

Zur Info:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37509104/>

Scheinbar hängt AGA auch zum Teil mit Schlafstörungen zusammen:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35469370/>

Jetzt wäre interessant ob Leute mit korrekten Rhythmus (mit Sonnenaufgang aufstehen, viel Tageslicht, keine künstlichen Lichter Abends) weniger stark von AGA betroffen sind.

---