

Hallo,

Obwohl es um NEM's geht, denke ich, das es eigentlich hier rein gehört, da es sich auf ja auf Minox bezieht.

Mein Ziel ist es, meine Minox Anwendung durch eine perfekte NEM-Einnahme zu unterstützen, da ich es so verstanden habe, das Minox die Gefäße erweitert, um eine bessere Versorgung zu ermöglichen, das heisst ja quasi, dass es mit Minox allein icht getan ist, sondern das ich noch Stoffe brauch, die dann zu Haarwurzel gelangen müssen, oder?

Also derzeit nehme ich jeden Morgen zwei Kapseln Doppelherz Aktiv Zink+Histidin+Vitamin C

pro Kapsel:  
10 mg Zink  
100 mg Histidin  
200 mg Vitamin C

Dazu kommt direkt im Anschluss, so eine A-Z Vitamintablette (5 mg Zink), ansonsten die übliche Werte, die diese Tabletten haben.

Nun meine Fragen:

Ist das wirklich eine gute NE ?  
Würdet ihr mir eine alternative vorschlagen?  
Ich habe relativ starken HA muss ich dazu sagen.  
Wie siehts mit Biotin aus?  
Nehme ich von irgendwas zuviel oder zu wenig?  
Lieber ein ganz anderes Produkt?  
Andere einnahmezeit?

Anbei ein Bild von der Packung.

Über Eure Erfahrungen und Hilfe würde ich mich sehr freuen.

Gruss Jesco

---

## File Attachments

1) [000045719400sp\[1\].jpg](#), downloaded 397 times

