

---

Subject: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Sebastian](#) on Sun, 30 Dec 2007 21:24:00 GMT

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

---

Hallo,

Sägepalmextrakt soll doch auch den DHT Spiegel senken und gegen erblichen Haarausfall wirken.

Habe von einer Dosis von 360 mg täglich also zwei Kapseln gelesen.

Aber reicht das den aus um den DHT Spiegel entsprechend zu senken?

Habt ihr erfahrung mit Sägepalmektrakt?

mfg

Sebastian

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Amarok](#) on Sun, 30 Dec 2007 23:58:35 GMT

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

---

Sägepalme senkt nachweislich NICHT den DHT-Spiegel. Wenn es wirken sollte, dann auf andere Weise.

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 04 Jan 2008 13:03:17 GMT

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

---

Das stimmt nicht ganz.

Im Reagenzglas soll es wohl schon DHT geblockt haben. Aber leider nicht im Blut....

Wenn es überhaupt wirkt, dann wohl nur lokal (topisch).

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [juko50](#) on Mon, 03 Mar 2008 17:25:53 GMT

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

---

Ich habe es auch als Ersatz zu Propecia genommen! Also Propecia abgesetzt wegen Nebenwirkungen und dann mit Palme hochkonzentriert angefangen die Pillen haben ein Schweine Geld gekostet und kamen aus England! Gebracht hat es NIX die haare vielen wider genau so schnell aus wie ohne Fin!

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 06 Mar 2008 20:55:55 GMT

---

juko50 schrieb am Mon, 03 März 2008 18:25 Ich habe es auch als Ersatz zu Propecia genommen! Also Propecia abgesetzt wegen Nebenwirkungen und dann mit Palme hochkonzentriert angefangen die Pillen haben ein Schweine Geld gekostet und kamen aus England! Gebracht hat es NIX die haare vielen wider genau so schnell aus wie ohne Fin!

Gut dass Du es ausprobiert hast. Dieser Beitrag war eine Bereicherung für das Forum! Wie gesagt, es ist bewiesen, dass Säge im Blut kein DHT blockiert. Das kann man auch ganz einfach im Blut messen.

Topisch könnte es aber wirken!!

Ich nahm 2 Jahre lang Minox topisch und Fin oral, gebracht hat das nichts. Erst seitdem ich Fin topisch nehme wurde es etwas besser. Ich denke, tpoische DHT-Blocker sind sicher wirkungsvoller.

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [Nino](#) on Tue, 22 Apr 2008 16:57:43 GMT

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

---

Wichtiger Erfahrungsbeitrag für Sägepalme:

Ich bin von der Wirkung von Sägepalme überzeugt. Als Fin-Ersatz müssen es aber täglich 5x 360mg 95%reines gelextrakt sein. Dass was die meisten verteurt kaufen ist nur ein billiger wirkungsloser abklatsch der sägepalmen versuchsreihe.

Da ein onkel von mir in USA/FL lebt und in der Firma arbeitet kriege ich die rein pflanzlichen Extraktpillen relativ günstig. bei bedarf kann ich diese für 0.3 euro pro tagesration (6 Stück) beziehen. Falls jemand an einer sammelbestellung und näheren infos interessiert ist kann dies im detail analysiert werden (pm). werde die guten preise für leidesgenossen weitergeben, kann und will aber nicht zu viele bestellungen aufnehmen.

Historie ich 25

- 18-22 Jahre auf fin (ausfall -100haare pro tag),
- 2 monate absetzen fin ohne sägepalme (ausfall -200haare/tag tend.steigend)
- 3 monate fin wiederaufnahme (ausfall -100 haare pro tag)
- 23 - 25 jahre absetzen fin mit ergänzung sägepalme (8'-100/tag)

zur Zählmethode: ich habe mittellanges haar (8 cm) und dusche täglich abends und morgens. ich verwende haarspray welches ein verlieren während des tages nahezu ausschliesst. in der dusche befindet sich ein enges netz welches mir die schätzung/zählung relativ korrekt wiedergibt.

seit 3 monaten kann ich meinen status sogar ohne haarverlust halten. ich werd darüber berichten sobald sich ein repräsentativer zeitraum und klarheit diesbezüglich ergeben haben. die methode ist praktisch gratis aber umständlich und

ganz sicher nicht eklig (michs ala sperma\_ab\_2008\_lässt\_grüssen ).

aber sägepalme, die pure variante, haben bei mir auf dem weg zum haarausfall stop sicherlich in einer phase extrem geholfen. schön ist auch die für mich nebenwirkungsfreie wirkung (keine sunken eyes und sexuelle dys.) und der moderate preis.

Sägepalme pulvervariante oder mengen unter 1 800 mg pro tag des reinen pflanzenextraktes haben bei mir auch nicht geholfen. deshalb dachte ich es sei "unbrauchbar" und habe die menge erhöht woraufhin sich die erkenntnisse eingestellt haben dass das ganze eine dosierungs und qualitätsfrage ist.

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [humboldt](#) on Tue, 22 Apr 2008 17:19:44 GMT

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

Dein Bericht hört sich ja schon sehr interessant an, zumal ich auch selbst schon Sägepalme in Kombination mit Beta-Sis probiert habe. Allerdings in einer wesentlich geringeren Dosis. 1800 mg täglich ist aber natürlich auch ne Menge, die der Körper erstmal auf Dauer nebenwirkungsfrei vertragen will!

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Nino](#) on Tue, 22 Apr 2008 18:58:05 GMT

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

man muss sich halt an die individ. dosierung rantasten. die 6 stueck waren zum anfangen und erfolge in absehbarer zeit (ca. 1 monat) zu realisieren gut. jeweils abends und morgens 3 stück. die kapseln sind gänzlich pflanzlich und enthalten das reine öl der pflanze. nebenwirkungen hatte ich keine.

als ich fin abgesetzt hatte wollte ich natürlich die entgangene wirkung durch säge kompensieren. Ich würde fin auch jetzt problemlos weiternehmen wenn sich die wirkung der säge nicht als gutes substitut erwiesen hätte. hatte also keine abscheu gegen chemiepillen und hatte auch keine grossen nw auf fin ... säge war für mich also nicht eine schlechtere zweitlösung sondern das mittel der wahl. Vielleicht bin ich ja auch einfach ein guter responder zu säge aber es gibt sehr gute erfolgsberichte auch in den usa. ein versuch (falls jemand noch restbestände sägepalme zuhause hat) der dosierungserhöhung bringt sicher Aufschluss ob man in die richtung noch etwas erwarten kann.

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [stef84](#) on Tue, 22 Apr 2008 19:33:36 GMT

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

---

In der Dosierung ist die Nebenwirkungswahrscheinlichkeit auch schon recht hoch!  
Ich denke schon auch, dass das wirken kann! Aber Nebenwirkungen kanns trotzdem geben,  
obwohl es pflanzlich ist! Hat damit nichts zu tun.

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [e-Man](#) on Wed, 23 Apr 2008 16:47:29 GMT

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

---

Danke für den Bericht Nino. Stimmt mich auch für Revivogen etwas positiver.

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Hairlost2008](#) on Wed, 23 Apr 2008 18:36:53 GMT

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

---

woher bekommst du sägepalme ?  
gibt es das auch im drogeriemarkt ?  
welche dosis sollte man nehmen und wie oft am tag ?  
wann hat sich bei dir der erfolg gezeigt ?  
vielen dank.  
lieber gruß

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Nino](#) on Wed, 23 Apr 2008 20:09:12 GMT

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

---

1. ich beziehe es stark vergünstigt aus den usa (Onkel)  
Florida ist das Mekka der Züchter.
2. wahrscheinlich schon. achte aber darauf dass es reines standart-isiertes Extrakt ist und keine teuren und unnötigen Zusatzstoffe beinhaltet. Auf jeden Fall solltest Du nicht mehr als 60 cent/1'000 miligramm bezahlen - ansonsten wirst Du abgezockt. Das Pulver ist nicht so wirkungsvoll wie der Extrakt!
3. die dosis ist individuell. ich empfehle ab ca. 1'000mg/tag zu beginnen und einen monat seinen eigenen körper und einen Wirkungseintritt zu beobachten. Gibt es keine Nebenwirkungen kann ich mich an eine höhere Dosis rantasten.  
Aufteilung in 2/3 Tranchen pro Tag.  
Meine Dosis war 3 am Morgen (960mg) und 3 am Abend (960mg).

Ich muss darauf hinweisen, dass ich kein Arzt bin und die Empfehlung sich auf meine Person (75kg)bezieht und keine Empfehlung an Dritte darstellen soll.

4. Bei mir war der Wirkungseintritt bereits nach 3-4 Wochen DEUTLICH spürbar (Haarausfall ging extrem zurück). Der Übergang ist fließend und vollzieht sich nicht Schlag auf Schlag.

Gruss  
Nino

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [Armani](#) on Thu, 24 Apr 2008 08:22:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,  
Habe auch 6 Monaten 1x320 mg Sägepalme genommen. Haarzustand wurde nach zwei Monaten besser. Kaum Jucken auf Kopfhaut, müsste allerdings wegen Nebenwirkungen ( empfindliche Brustwarze, Magenbeschwerden ) absetzen. Wochen nach dem Absetzen kam wieder das ständige jucken. Werde versuchen wieder mit 1x160 mg Sägepalme anfangen.

Armani

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [Hairlost2008](#) on Thu, 24 Apr 2008 09:10:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hatte sägepalme nicht mal jemanden die front verlorengangen ?

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [Hairlost2008](#) on Thu, 24 Apr 2008 09:11:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Armani :  
woher hat du Sägepalme bezogen ?  
wie war die Besserung ?  
Anzahl der Haare ?

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [Armani](#) on Thu, 24 Apr 2008 10:05:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sägepalme habe ich einfach aus deutschen Apotheken bezogen (360 mg). Die Besserung kam ca. nach 2 Montagen mit Abklingen der Juckreiz und ich habe weniger Haar beim Waschen verloren. Allerdings nehme ich auch Minoxidil 1x5% und das wirkt bei mir auch positiv.

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [HolyMoly123](#) on Thu, 24 Apr 2008 10:13:17 GMT

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

---

Ich muss mich doch sehr wunder, dass einige Forumsteilnehmer gleich ihre ganze Medikation ändern, nur weil ein User schlechte Erfahrungen gemacht hat. Wenn ich mit einem Produkt anfangen, braucht es sicher seine Zeit, bis es wirkt. Schaut Euch doch nur die Wachstumsphasen der Haare an, der Haarausfall kann tausend Ursachen haben. Ich halte es auch nicht für unwahrscheinlich, dass sich viele User die Verschlechterung einfach einbilden. In den überwiegenden Fällen wirken die Mittel wahrscheinlich einfach gar nicht... und der Haarausfall schreitet einfach voran. Ich würde allen empfehlen, die Medikation ein Jahr lang durchzuziehen und dann eine Bilanz zu ziehen. Natürlich sollte man sich vorher ausführlich darüber Gedanken machen, was ich nehmen will. Diese Volatilität einiger User befördert sicher nicht den Erfolg....

Liebe Grüße

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [Hairlost2008](#) on Mon, 06 Oct 2008 21:27:22 GMT

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

---

Hallo zusammen,  
bekomme ich ein gutes sägepalme produkt auch im dm oder schlecker ?  
habe leider nicht so viel geld und möchte es nicht über das internet bestellen.  
vielen dank

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [stealth](#) on Wed, 22 Oct 2008 20:26:02 GMT

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

---

...und ich wette dein onkel nimmt den reinen  
berry-extract, mit der co2 methode.  
aber als einziges mittel? als unterstützung bin ich absolut  
dafür!  
Schön, dass es dir als solo-mittel gut hilft!  
gruß,  
Stealth

---

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [keineahnung](#) on Wed, 22 Oct 2008 20:33:47 GMT

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

---

Was ist eigentlich mit sowas z.b.: ?

[http://www.biovea-apotheke.com/Biovea/product\\_detail.aspx?CI D=0&PID=264](http://www.biovea-apotheke.com/Biovea/product_detail.aspx?CI D=0&PID=264)

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 14 May 2009 00:00:40 GMT

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

---

keineahnung schrieb am Mit, 22 Oktober 2008 22:33 Was ist eigentlich mit sowas z.b.: ?

[http://www.biovea-apotheke.com/Biovea/product\\_detail.aspx?CI D=0&PID=264](http://www.biovea-apotheke.com/Biovea/product_detail.aspx?CI D=0&PID=264)

Hier gibts zum fast gleichen Preis die doppelte Ration, auch wenn 40 weniger Tabs drin sind:

<http://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/serenoa-ratiopharm>

-320mg-weichkapseln-200-st-ratiopharm-gmbh-pzn-3731371.html/

search\_referer/serenoa/is\_post/1/order/name\_asc/search\_cat\_referer/1

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [keineahnung](#) on Thu, 14 May 2009 07:58:56 GMT

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

---

Ah ok, aber an den DHT Spiegel fummel ich lieber nicht mehr rum. Das merk ich sofort wieder an den Augen.

---

Subject: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [\\*Gelöscht - 07/2015\\*](#) on Tue, 05 Jan 2010 00:04:47 GMT

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

---

.

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [fiebius](#) on Sun, 21 Feb 2010 13:10:30 GMT

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

---

Habe vor kurzem einen Beitrag im Akneforum gelesen wo der Vater von einem User langfristig Saw-Palmetto gegen Prostataprobleme nehmen musste.

Ergebnis war dass seine hintere Lichtung (Platte)

wieder etwas zugewachsen ist.

---

-----  
Ansonsten wollte ich mal nachfragen, macht es eigentl. auch bei Saw-Palmetto ggf. Sinn immer wieder kurze Phasen dazwischen einzubauen um einer Gewöhnung oder Wirkungslosigkeit des Mittels vorzubeugen???

Also z.B. 3Wochen anwenden, 1Woche aussetzen, 3Wochen anwenden...  
Oder z.B. 6Wochen anwenden, 2Wochen aussetzen, 6Wochen anwenden...

Danke für Antworten

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [Fin](#) on Wed, 08 Jan 2014 19:39:52 GMT

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

---

Gibt es hier mal wieder etwas Neues?

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [Aristo084](#) on Wed, 08 Jan 2014 21:17:03 GMT

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

---

Sägepalme senkt das DHT leider nur im Gewebe und nicht im Blut.

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [Haar2O](#) on Wed, 08 Jan 2014 21:22:32 GMT

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

---

Aristo084 schrieb am Wed, 08 January 2014 22:17Sägepalme senkt das DHT leider nur im Gewebe und nicht im Blut.

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel  
Posted by [hancOck](#) on Thu, 10 Apr 2014 22:32:03 GMT

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

---

Überlege auch mit Sägepalme anzufangen, würde mich über aktuelle Infos freuen

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 13 Apr 2014 21:21:42 GMT

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

---

Haar2O schrieb am Wed, 08 January 2014 22:22Aristo084 schrieb am Wed, 08 January 2014 22:17Sägepalme senkt das DHT leider nur im Gewebe und nicht im Blut.

Chilli Con Carne führt bei mir auch nicht zu Stuhlgang sondern zu Flitzekacke

---

Subject: Aw: Re: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Jackoues](#) on Tue, 15 Apr 2014 13:37:14 GMT

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

---

Verkaufste mit Sägepalm in Massen? Will Dir mal vertrauen und auch hoch dosieren. Schlage mir bitte ein Angebot vor, welches sich für beide Seite rentiert.

Grüße dein bro

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [PeterNorth](#) on Tue, 15 Apr 2014 16:05:18 GMT

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

---

was ist das Sägepalme ?? Ist das eine spezielle Säge mit der man Palmen sägen kann

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Haar2O](#) on Tue, 15 Apr 2014 16:19:45 GMT

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

---

PeterNorth schrieb am Tue, 15 April 2014 18:05was ist das Sägepalme ?? Ist das eine spezielle Säge mit der man Palmen sägen kann

Nee...eine Palme die gesägt wird.

Wirkstoff ist Beta-Sitosterol, ist öfter mal in Margarine drin. Kann man getrost vergessen....

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [PeterNorth](#) on Tue, 15 Apr 2014 17:18:48 GMT

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

---

Haar2O schrieb am Tue, 15 April 2014 18:19PeterNorth schrieb am Tue, 15 April 2014 18:05was

ist das Sägepalme ?? Ist das eine spezielle Säge mit der man Palmen sägen kann

Nee...eine Palme die gesägt wird.

Wirkstoff ist Beta-Sitosterol, ist öfter mal in Margarine drin. Kann man getrost vergessen....  
ah jetza

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [cyclonus](#) on Fri, 18 Apr 2014 10:21:30 GMT

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

---

Säge ist doch auch schon seit den seeligen alt.baldspot Zeiten im Internet diskutiert worden. Ein Haar dadurch gerettet wurde vermutlich noch nicht. Das Zeug wirkt einfach nicht in vivo. Bunkt!

Selbst für Prostataprobleme ist die Studienlage doch mehr als dünn.

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Pegasus](#) on Tue, 19 Aug 2014 09:49:52 GMT

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

---

Habe das Gefühl, dass Sägepalme ganz massiv aus den USA gepusht wird. Das Zeug wächst da und dann will man es natürlich an den Rest der Welt verkaufen. Jeder Kontinent scheint so seine eigene Therapie für DHT zu haben. Die einen machen in Ingwer und Soja, die ändern in Klee und wieder andere in Leinsamen.

Fazit für mich:

Wer will, dass es wirkt, bei dem wird es aber auch wirken. Denn: Einbildung ist auch ne Bildung. Und die meisten Spiele werden im Kopf entschieden

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Mike328](#) on Mon, 25 Aug 2014 20:31:51 GMT

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

---

Also es bringt nullkommagarnix, im Selbstversuch getestet .

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Kurti70](#) on Tue, 09 Sep 2014 14:10:54 GMT

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

---

Ich schätze dass Soja-Produkte wirklich mehr für einen ausgewogenen und haarfreundlichen DHT-Spiegel bringen.

Zudem sind sie nicht teuer. Also ab und an mal ein Glas Soja-Milch oder ein Sojabratling zum Mittag und die Sägepalme kann man sich sparen

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [acer](#) on Tue, 09 Sep 2014 15:05:11 GMT

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

---

naja fakt ist das mein Ha gestoppt ist. Etwa zum selben Zeitpunkt als ich mit meinem Regimen anfang habe ich auch meine Ernährung komplett umgestellt also kann ich nicht sagen ob die Ernährung eine Rolle spielt. Komischerweise ist seitdem aber meine Haut auch trockener geworden und fettet nicht mehr viel. Auch habe ich kein Jucken mehr wie vorher. Habe den Eindruck das meine Hormonproduktion sich etwas verändert hat.

Kann also gut sein das es einen Zusammenhang gibt. Ich bin jedenfalls sehr froh das alles so gekommen ist.

Möchte allerdings keine Diskussion darüber anstossen oder sagen das die Ernährung etwas mit unserem Körper oder unserer Gesundheit zu tun hat. Das braucht also auch nicht abgestritten zu werden

---

---

Subject: Aw: Wie viel senkt die Sägepalme eigentlich den DHT-Spiegel

Posted by [Kurti70](#) on Wed, 10 Sep 2014 07:25:33 GMT

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

---

Ohne Ernährungsumstellung geht es nicht. Fakt ist aber, dass da jeder seinen eigenen Plan finden muss.

Basische Tees und Mineralien haben mir sehr geholfen. So bin ich auch mein Sodbrennen losgeworden.

---