

---

Subject: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [torres7](#) on Thu, 12 Sep 2019 20:39:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Leute,  
ich brauche bitte euren Rat, meine Haare sind sehr strohig und dünn geworden, auch hab ich immer nachdem Haarewaschen leichten Haarausfall, siehe Bilder.  
Probiert habe ich bisher Fin oral, hat kaum was gebracht, genau wie Minox topisch.  
Zur Zeit nutze ich Ru und alle 3 Tage KetoZolin Shampoo.  
Dazu noch die diverse Health Supps, wie B Komplex, Multivitamin, Arginin, OPC, Omega 3, Curcumin, Zink, Biotin, D3+K2, Magensium.

Wäre für eure Tipps und Ratschläge sehr dankbar.  
Liebe Grüße

---

### File Attachments

1) [70452611\\_414022285919937\\_8171098585408995328\\_n.jpg](#),  
downloaded 1678 times



Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [torres7](#) on Thu, 12 Sep 2019 20:40:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

### File Attachments

---

1) [69264972\\_454771581788781\\_7472583010106212352\\_n.jpg](#),  
downloaded 1523 times



---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [torres7](#) on Thu, 12 Sep 2019 20:41:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

### File Attachments

---

1) [70615441\\_2445600632201554\\_1432839817665708032\\_n.jpg](#),  
downloaded 1539 times



---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [torres7](#) on Thu, 12 Sep 2019 20:41:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

#### File Attachments

1) [70005199\\_2404887046505238\\_6719476308822196224\\_n.jpg](#),  
downloaded 1521 times



---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [torres7](#) on Thu, 12 Sep 2019 20:41:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

#### File Attachments

1) [70837756\\_664703187342405\\_4628203109733105664\\_n.jpg](#),  
downloaded 1624 times



---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [torres7](#) on Thu, 12 Sep 2019 20:42:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Täglicher Haarverlust nach dem Duschen:

---

#### File Attachments

1) [70778655\\_458133368108579\\_1734008087011917824\\_n.jpg](#),  
downloaded 1478 times



---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [MarioHeinz](#) on Thu, 12 Sep 2019 22:02:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie lang nimmst du denn schon alles?

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [MarioHeinz](#) on Thu, 12 Sep 2019 22:04:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

torres7 schrieb am Thu, 12 September 2019 22:41  
Die ausdünnenden Stellen an der Seite sehen fast ein wenig wie Pilz aus.

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall

Posted by [torres7](#) on Fri, 13 Sep 2019 05:54:47 GMT

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

---

MarioHeinz schrieb am Fri, 13 September 2019 00:02Wie lang nimmst du denn schon alles?  
Die supps schon über ein Jahr.  
Ru und das ket Shampoo ca 4- Monate.  
Minox hab ich 3 Monate ohne Erfolg genommen, fin 2 Monate.  
Habe aber durch die Kombi starke Kopfschmerzen bekommen.

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [Boschi96](#) on Fri, 13 Sep 2019 06:21:12 GMT

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

---

Fin Wirkung kannst du nach 2 Monaten noch garnicht spüren...  
Da brauchts schon ein halbes Jahr...  
Das selbe gilt für Minox

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [ru-power](#) on Fri, 13 Sep 2019 14:48:00 GMT

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

---

ist vom ru und von ket

kannst du nix machen, trockene kopfhaut -> strohhaare (die zudem nach "weniger" aussehen).

hab das problem auch, ist zum einen der alk in der ru(bzw minox)-mische und zum anderen vom ket.

ket weglassen verbessert es schon stark.

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [pilos](#) on Fri, 13 Sep 2019 15:51:41 GMT

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

---

ru-power schrieb am Fri, 13 September 2019 17:48ist vom ru und von ket

kannst du nix machen, trockene kopfhaut -> strohhaare (die zudem nach "weniger" aussehen).

hab das problem auch, ist zum einen der alk in der ru(bzw minox)-mische und zum anderen vom ket.

ket weglassen verbessert es schon stark.

ket als alk lotion auf die haut, nicht in das haar

---

ins haar hat es nix zu suchen

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [Gorilla](#) on Fri, 13 Sep 2019 19:52:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

diese strohigen Haare und auch wellig? deuten meiner Meinung eher auf Miniaturisierung hin. So ist/war es zumindest bei mir. Vor allem an der Front. Meine Ecken werden immer größer, weiß auch nicht so wirklich was ich tun soll.

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [DetConan](#) on Sat, 14 Sep 2019 07:33:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gute Supplements aber das Wichtigste hast du nicht dabei. Unzwar MSM, 1-2 Teelöffel täglich mit Vitamin C und deine Haare werden deutlich besser. Aber langsam steigern, weil das Zeug entgiftet auch stark. Außerdem brauchst du Silizium, bei lebenskraftpur bestellen oder Hübner gel. Und Geduld haben, nach 6 Monaten kannst du sehen ob es was gebracht hat.

Ich habe letztens eine schöne Grafik gefunden im Internet. Dort hat man sehr gut gesehen dass die wichtigsten 3 Stoffe für gesundes Haar Schwefel (MSM), Silizium und Zink ist!

Ich nutze diese Kombi seit 6 Monaten und habe deutlich mehr Haare und die Haarstruktur hat sich stark verbessert.

Wenn du genug Kohle hast, kann ich dir noch Cellagon Felice empfehlen, da hast du sehr viele Vitamine für einen gesunden Haarwachstum, aber das Zeug ist teuer.

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [torres7](#) on Sat, 14 Sep 2019 11:20:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielen Dank für die zahlreichen Kommentare.

Werden mal MSM+Vit C+Silizium versuchen.

Wie hoch dosierst du das Silizium?

Bzw. kann ansonsten so etwas wie Rizinusöl helfen?

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [DetConan](#) on Sat, 14 Sep 2019 19:58:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Rizinus hab ich probiert, aber hatte da keine Erfolge.

Silizium nehme ich das von lebenskraftpur, das ist ein Pulver und nehme immer einen gehäuften Teelöffel morgens nüchtern.

Mit MSM hatte ich bisher den größten Erfolg, Haare wurden wesentlich voller und waren nicht mehr so strohig. Ich werde es weiter nehmen und gucken wie es sich noch bessert.

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [pilos](#) on Sat, 14 Sep 2019 20:21:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

das hier immer noch placebos und snake oils in den himmel gelobt werden x(

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [torres7](#) on Sat, 14 Sep 2019 21:27:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

pilos schrieb am Sat, 14 September 2019 22:21

das hier immer noch placebos und snake oils in den himmel gelobt werden x(

was würdest du mir als erfahrenes Forenmitglied raten?

Wäre dankbar auch von dir einen Vorschlag zu hören.

Liebe Grüße

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [DetConan](#) on Sun, 15 Sep 2019 05:57:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Für Pilos zählt nur Minox und Fina, alles andere ist für ihn Einbildung. Die unzähligen Studien und positive Erfahrungsberichte, die seine Aussage widerlegen, ignoiert er gerne :d

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [Gorilla](#) on Sun, 15 Sep 2019 10:01:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DetConan schrieb am Sun, 15 September 2019 07:57Für Pilos zählt nur Minox und Fina, alles andere ist für ihn Einbildung. Die unzähligen Studien und positive Erfahrungsberichte, die seine Aussage widerlegen, ignoiert er gerne :d  
Naja welchen Einfluss sollen Supplement auf HA haben ? Sie schützen die Haarwurzel nicht vor dem andocken von dem Haarkiller -DHT- und das wiederum miniaturisiert eben die Haare (=werden strohig, dünn und farblos)

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [DetConan](#) on Sun, 15 Sep 2019 20:37:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Gorilla schrieb am Sun, 15 September 2019 12:01DetConan schrieb am Sun, 15 September 2019 07:57Für Pilos zählt nur Minox und Fina, alles andere ist für ihn Einbildung. Die unzähligen Studien und positive Erfahrungsberichte, die seine Aussage widerlegen, ignoiert er gerne :d  
Naja welchen Einfluss sollen Supplement auf HA haben ? Sie schützen die Haarwurzel nicht vor dem andocken von dem Haarkiller -DHT- und das wiederum miniaturisiert eben die Haare (=werden strohig, dünn und farblos)  
ich bezweifle dass die Ursachen des HA nur am DHT liegen. Nährstoffe spielen eine große Rolle hierbei :proud:

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [heinzbecker](#) on Sun, 15 Sep 2019 21:15:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DetConan schrieb am Sun, 15 September 2019 22:37Gorilla schrieb am Sun, 15 September 2019 12:01DetConan schrieb am Sun, 15 September 2019 07:57Für Pilos zählt nur Minox und Fina, alles andere ist für ihn Einbildung. Die unzähligen Studien und positive Erfahrungsberichte, die seine Aussage widerlegen, ignoiert er gerne :d  
Naja welchen Einfluss sollen Supplement auf HA haben ? Sie schützen die Haarwurzel nicht vor dem andocken von dem Haarkiller -DHT- und das wiederum miniaturisiert eben die Haare (=werden strohig, dünn und farblos)  
ich bezweifle dass die Ursachen des HA nur am DHT liegen. Nährstoffe spielen eine große Rolle hierbei :proud:  
Woanders gegen Studien schießen aber hier mit wilden Theorien um sich werfen :frage:

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [TheRock](#) on Sun, 15 Sep 2019 22:16:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hör nicht auf alles was die Leute hier schreiben, das meiste ist ohnehin für die Tonne.

Bevor du anfängst dir diverse NEM einzuwerfen, mach doch bitte erstmal ein großes Blutbild um zu sehen ob du gewisse Mangelerscheinungen hast, Schilddrüse etc. Das geht recht schnell, innerhalb einer Woche hast du alle Ergebnisse.

Sollte alles in Ordnung sein, kann man weiter forschen.

Lass dieses Ket weg, das ist doch blödsinn. Es gibt diverse andere Anti Pilz Shampoos wie z.B. ciclopirox olamin Etc.

Ket macht nämlich genau das, es trocknet deine Haare noch weiter aus (meine Haare waren auch immer strohig nach Ket)

2 Monate Fin ist leider viel zu kurz, du musst Geduld haben. Minox ist Mega nervig, aber das ist derzeit die effektivste Lösung gegen HA Fin+Minox.

Silizium gehen die Meinungen weit auseinander, es gibt eine Studie von 2006 die besagt, dass die Haare um 13% dicker wurden. Einfach ausprobieren, aber konsequent 6 Monate durchziehen. Kieselsäure Gel in Wasser auflösen. Erwarte aber nicht Zuviel.

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [Gl@tzkopf](#) on Mon, 16 Sep 2019 00:32:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

so wie ich sag, ich glaube auch nicht dem dht theorie.. ist doch quatsch würde es nur an dht liefern dann hätte man scholängst mittel die das haarwurzel vor dht schützen aber trotzdem bringt es nichts.. so wie ich sag erst dann wenn man etwas gegen dauerhafte haarentfernung nicht laser gemeint hat erst dann kann man etwas gegen haarausfall finden.

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [DetConan](#) on Mon, 16 Sep 2019 05:55:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

heinzbecker schrieb am Sun, 15 September 2019 23:15DetConan schrieb am Sun, 15 September 2019 22:37Gorilla schrieb am Sun, 15 September 2019 12:01DetConan schrieb am Sun, 15 September 2019 07:57Für Pilos zählt nur Minox und Fina, alles andere ist für ihn Einbildung. Die unzähligen Studien und positive Erfahrungsberichte, die seine Aussage widerlegen, ignoiert er gerne :d

Naja welchen Einfluss sollen Supplement auf HA haben ? Sie schützen die Haarwurzel nicht vor dem andocken von dem Haarkiller -DHT- und das wiederum miniaturisiert eben die Haare (=werden strohig, dünn und farblos)

ich bezweifle dass die Ursachen des HA nur am DHT liegen. Nährstoffe spielen eine große Rolle hierbei :proud:

Woanders gegen Studien schießen aber hier mit wilden Theorien um sich werfen :frage:

Ich berufe mich auf Studien und Erfahrungsberichte :nod:

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [torres7](#) on Mon, 16 Sep 2019 05:58:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für die ausführliche Antwort.  
Blutbild habe ich bereits gemacht, da war alles in bester Ordnung tsh, t3, t4 alles in der Referenz, auch die anderen Parameter alle in Referenz.

Habe Silizium und msm jetzt bestellt. Werde ich testen.  
Ansonsten muss ich wohl zu minox+fin zurück.

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [Sinner85](#) on Mon, 16 Sep 2019 07:31:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

ich möchte diesen Thread gerne weiter führen mit eine Frage die ich mir Stelle die hier auch etwas dazu passt.

Hab hierzu ein Foto hier angehängt. Das sind Haare die ausgegangen sind. Bin seit Jahren meisten unter den 100 Haaren pro Tag. Habe/hatte nur immer wieder Phasen wo meine Kopfhaut krustet/blutet/Ekzem usw. (viele wissen hier im Forum bescheid) , da gehen dann kurze Zeit mehr aus.

Aber im Schnitt halte ich jetzt meinen AGA Status über Jahre (denke dank FIN) .

Nun passiert folgendes. Wie ihr hoffentlich am Foto erkennen könnt , sticht hier ein Haar besonders hervor. Ich habe meistens eher dünnere Haare . Auch dann natürlich die, die mir ausfallen (im normalen Zyklus, nicht AGA).

Doch nun fällt mir auch das ich immer wieder ein-2 richtig dicke Haare dabei habe . Richtige Borsten. Mir wäre davor nie im Leben aufgefallen das ich so Dicke Haare am Kopf habe.

Nun meine Frage: denkt ihr Das dank Fin die Haare zwar dünner sind, aber noch bleiben. Oder kann FIN manche "super Haare" entstehen lassen (Anmerkung ich nehme auch immer wieder Minox).

Möchte noch dazu sagen das ich vor Monaten meine Ernährung größtenteils Umgestellt habe und kaum noch Alkohol trinke (in erster Linie für meine Kopfhaut/Hautbild, aber habe auch abgenommen und bin fit wie nie).

Würde gerne mal wissen was ihr von diesen Borstenhaaren am Kopf meint?

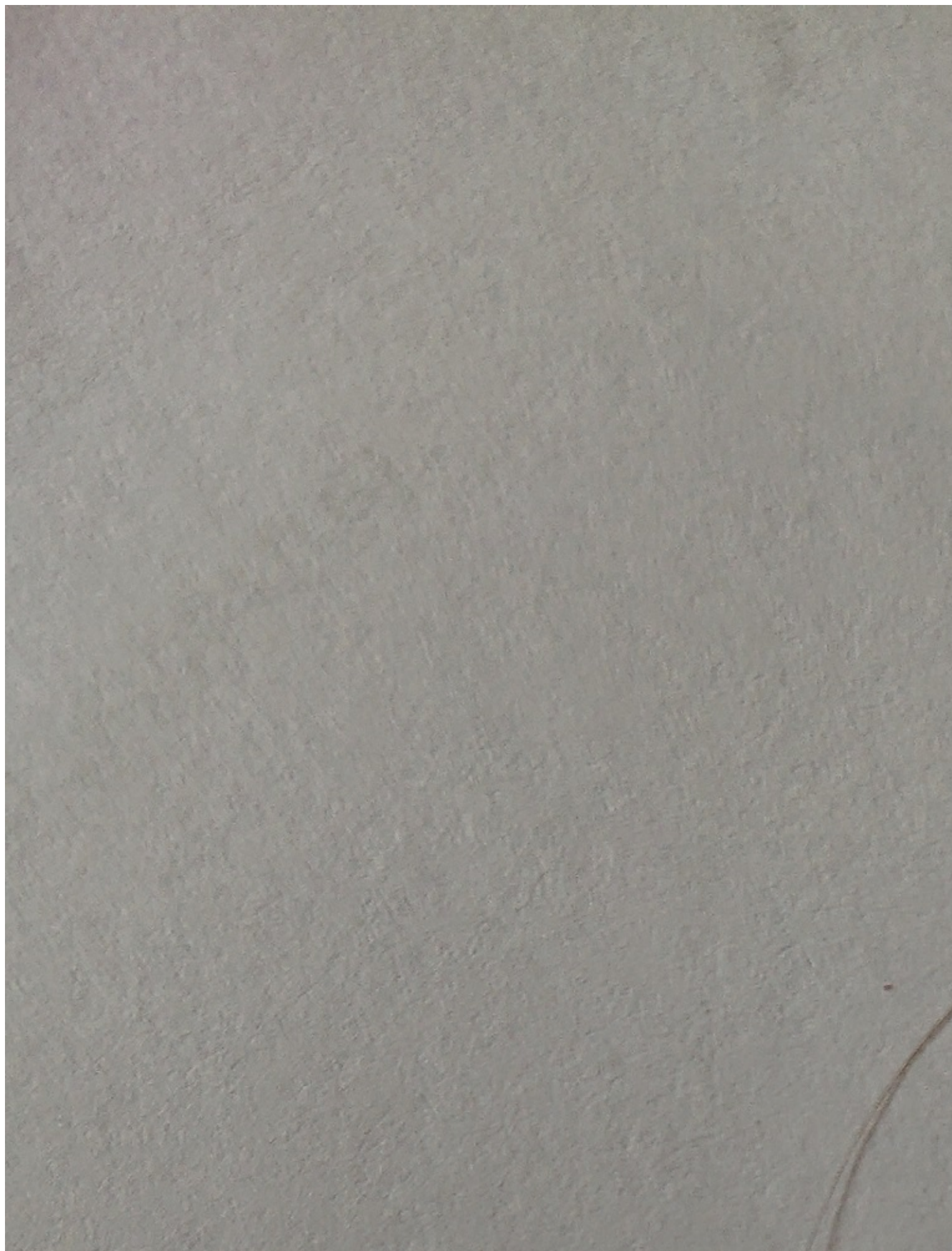
LG

---

### File Attachments

1) [hairs.JPG](#), downloaded 324 times

---



Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [xWannes](#) on Mon, 16 Sep 2019 07:46:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich tippe auf Minox.

Das hat bei mir dicke Augenbrauenborsten gezüchtet (knacken beim Kürzen).  
Hatte auch Mal ein Haar an der Schläfe, das ist extrem langsam gewachsen und war beim Herauszipfen dick wie eine Holzfaser.

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [DetConan](#) on Mon, 16 Sep 2019 07:51:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

[quote title=torres7 schrieb am Mon, 16 September 2019 07:58]Danke für die ausführliche Antwort.

Blutbild habe ich bereits gemacht, da war alles in bester Ordnung tsh, t3, t4 alles in der Referenz, auch die anderen Parameter alle in Referenz.

Berichte uns nach 3 Monaten und nach 6 Monaten :thumbup:

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [DetConan](#) on Mon, 16 Sep 2019 07:54:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sinner85 schrieb am Mon, 16 September 2019 09:31Hallo,

ich möchte diesen Thread gerne weiter führen mit eine Frage die ich mir Stelle die hier auch etwas dazu passt.

Hab hierzu ein Foto hier angehängt. Das sind Haare die ausgegangen sind. Bin seit Jahren meisten unter den 100 Haaren pro Tag. Habe/hatte nur immer wieder Phasen wo meine Kopfhaut krustet/blutet/Ekzem usw. (viele wissen hier im Forum bescheid) , da gehen dann kurze Zeit mehr aus.

Aber im Schnitt halte ich jetzt meinen AGA Status über Jahre (denke dank FIN) .

Nun passiert folgendes. Wie ihr hoffentlich am Foto erkennen könnt , sticht hier ein Haar besonders hervor. Ich habe meistens eher dünnere Haare . Auch dann natürlich die, die mir ausfallen (im normalen Zyklus, nicht AGA).

Doch nun fällt mir auch das ich immer wieder ein-2 richtig dicke Haare dabei habe . Richtige Borsten. Mir wäre davor nie im Leben aufgefallen das ich so Dicke Haare am Kopf habe.

Nun meine Frage: denkt ihr Das dank Fin die Haare zwar dünner sind, aber noch bleiben. Oder kann FIN manche "super Haare" entstehen lassen (Anmerkung ich nehme auch immer wieder Minox).

Möchte noch dazu sagen das ich vor Monaten meine Ernährung größtenteils Umgestellt habe und kaum noch Alkohol trinke (in erster Linie für meine Kopfhaut/Hautbild, aber habe auch

---

abgenommen und bin fit wie nie).

Würde gerne mal wissen was ihr von diesen Borstenhaaren am Kopf meint?

LG

Liegt an der Ernährungsumstellung, dein Körper ist nicht mehr übersäuert wodurch die Nährstoffe am Haarboden nicht mehr angegriffen werden und so zur Verfügung stehen, damit deine Haare stärker nachwachsen können.

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [Sinner85](#) on Mon, 16 Sep 2019 08:08:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,

danke vorerst für die Antworten. Hoffe dem Threadersteller passt das das ich hier weiterführe?

Ja also bei mir haben alle immer Gleich klassische AGA geschrien. Ich meine ja die habe ich bestimmt. Aber vieles lag/liegt an meiner schlechten Kopfhaut. Die jetzt endlich nach und nach besser wird (nach über 10 Jahren). Fin hat sicher auch immer geholfen (ebenfalls seit 10 Jahren).

Aber ich habe immer gesagt das meine Kopfhautbeschaffenheit da mitspielt.

Werde natürlich jetzt weitermachen mit gesunder Ernährung usw.

Aber schon verblüffend das jetzt aufeinmal so extrem dicke Haare dabei sind.

@xWannes: wir haben ja eh schon öfters über Minox (auch oral) geschrieben. Nehme es nach wie vor (auch oral) nur eher unregelmäßig. Aber doch jetzt insgesamt weit über 2 Jahre. Warum erst jetzt die dicken Haare am Kopf? Ich meine ich merkte an den Körperhaaren das sie teilweise schneller und länger gewachsen sind durch Minox. Aber dicker wäre mir da nicht aufgefallen.

LG

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [DetConan](#) on Mon, 16 Sep 2019 09:24:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sinner85 schrieb am Mon, 16 September 2019 10:08Hallo,

danke vorerst für die Antworten. Hoffe dem Threadersteller passt das das ich hier weiterführe?

Ja also bei mir haben alle immer Gleich klassische AGA geschrien. Ich meine ja die habe ich bestimmt. Aber vieles lag/liegt an meiner schlechten Kopfhaut. Die jetzt endlich nach und nach besser wird (nach über 10 Jahren). Fin hat sicher auch immer geholfen (ebenfalls seit 10 Jahren).

Aber ich habe immer gesagt das meine Kopfhautbeschaffenheit da mitspielt.

Werde natürlich jetzt weitermachen mit gesunder Ernährung usw.

Aber schon verblüffend das jetzt aufeinmal so extrem dicke Haare dabei sind.

@xWannes: wir haben ja eh schon öfters über Minox (auch oral) geschrieben. Nehme es nach wie vor (auch oral) nur eher unregelmäßig. Aber doch jetzt insgesamt weit über 2 Jahre. Warum erst jetzt die dicken Haare am Kopf? Ich meine ich merkte an den Körperhaaren das sie teilweise schneller und länger gewachsen sind durch Minox. Aber dicker wäre mir da nicht aufgefallen.

LG

Ich hatte genau dasselbe, habe Ernährung umgestellt und plötzlich hatten die Haare nach 7 Monaten eine Dichte und Dicke, von der ich niemals gedacht hätte, dass ich die erreichen kann. Mit MSM, Zink und Silizium kann man das weiter steigern.

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [torres7](#) on Mon, 16 Sep 2019 10:34:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie sieht denn eure Ernährung aus ?  
Meine ähnelt stark dem paleo prinzip.

Keine Milchprodukte, kein Gluten, kaum Süßigkeiten,kein Alkohol, keine Zigaretten...

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [Boschi96](#) on Mon, 16 Sep 2019 10:38:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hahahahaha dichte Haare durch Ernährungsumstellung :'D

Die Leute sind hier anscheinend schon so verzweifelt das man sich an die kleinsten Strohhalme klammert ....

Fin Minox und mit Abstrichen KET

Der Rest hilft nicht gegen Aga seht es ein...

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [stfn111](#) on Mon, 16 Sep 2019 10:44:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Boschi96 schrieb am Mon, 16 September 2019 12:38Hahahahaha dicke Haare durch Ernährungsumstellung :D

Die Leute sind hier anscheinend schon so verzweifelt das man sich an die kleinsten Strohhalme klammert ....

Fin Minox und mit Abstrichen KET

Der Rest hilft nicht gegen Aga seht es ein...  
Und logisch denken ist sowieso abgeschafft x(

---

---

Subject: Aw: Haare strohig, dünn, leichter Ausfall  
Posted by [Oceanboy](#) on Mon, 16 Sep 2019 13:22:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Da irrst du aber sehr !

---