
Subject: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) **on** Thu, 17 Jun 2021 14:12:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

Ich bin vor kurzem auf folgende Studie aufmerksam geworden.
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/33878855/>

In der Studie wurde die Wirkung von Zink-Gluconat und Arginine auf die Bildung von 5-alpha-Reductase untersucht. Dazu wurde zunächst ein in-vitro Test in menschlichen dermal papilla Zellen durchgeführt. Hierbei erzeugte 0,04% Zink-Gluconat eine Reduktion von 52%. Die Kombination aus Zink-Gluconat und Arginine sogar 75%.

Dann gab es noch eine Doppel-Blind Studie am Menschen. 20 Personen bekamen eine Zink-Arginine Lotion und 20 bekamen Placebo. Nach 6 Monaten hatte die erste Gruppe einen deutlich besseren Haarstatus als vorher. Die Ergebnisse sind vergleichbar mit Finasterid. Die Anzahl der Haare stieg nach Phototrichogramm um 52%. Nebenwirkungen gab es keine.

Problematisch an der Studie ist die geringe Anzahl an Probanden.
Trotzdem klingt das ziemlich interessant.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) **on** Thu, 17 Jun 2021 17:45:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

testen

wobei die probanden-konzentration bestimmt nicht 0,04% war

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) **on** Thu, 17 Jun 2021 20:56:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Thu, 17 June 2021 19:45

testen

wobei die probanden-konzentration bestimmt nicht 0,04% war

Das Problem ist, dass in der Studie zwar die Inhaltsstoffe der Lotion genannt werden, aber nicht die Dosierungen. Habe versucht den Autor der Studie zu kontaktieren, aber ich spreche kein italienisch und die Sekretärin seines Institutes kein Englisch.

Ich dachte es könnte trotzdem für den einen oder anderen interessant sein.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Thu, 17 Jun 2021 21:14:30 GMT

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

ich werde morgen versuchen die gedruckte publikation durchzublättern

selbst wenn keine konzentrationen angegeben sind...ist das auch kein problem

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Yagel](#) on Thu, 17 Jun 2021 22:42:59 GMT

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

Die Studie muss man kaufen, wenn man mehr lesen will als das Abstract. Wegen des Copyright kann ich die Studie hier nicht teilen, aber wenn du etwas bestimmtes wissen willst, kann ich es dir schreiben.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Fri, 18 Jun 2021 07:59:06 GMT

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

Yagel schrieb am Fri, 18 June 2021 01:42Die Studie muss man kaufen, wenn man mehr lesen will als das Abstract. Wegen des Copyright kann ich die Studie hier nicht teilen, aber wenn du etwas bestimmtes wissen willst, kann ich es dir schreiben.

wenn die zeitschrift irgendwo in einem km-langen regal liegt...kauft man sowas nicht ;)

ich muss es mir selber durchlesen, oft steht einiges in den zeilen, oder auch verdreht

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Biernot0815](#) on Fri, 18 Jun 2021 08:40:44 GMT

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

Kannst sie ja in einer PN an Pilos schicken. Ich denke, man kann ihm vertrauen ;)

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 18 Jun 2021 10:30:58 GMT

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

Kannst ja mal Zink-Ricinoleat probieren.

Das ist Zink und Ricinolsäure (der Wirkstoff aus Rizinusöl) in einem.

Aber es soll topisch viel besser bioverfügbar sein als die in Triglyceriden eingebettete Ricinolsäure im Rizinusöl.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Kaus Klinski](#) on Fri, 18 Jun 2021 17:41:23 GMT

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

Hi,

naja, N=40, Dauer knapp 6 Monate. Mehr muss man ja fast nicht mehr wissen. Es gibt doch gefühlt jeden Tag so eine Ministudie (die auf die sich der Thread bezieht ist sogar grundsätzlich vom Design her gut gemacht, aber ...) die gravierende Erfolge gefunden haben will.

Schön wäre es natürlich, aber ich fürchte, Zink (hier als Gluconat) wird sich, wie so vieles in der Vergangenheit, in der Praxis als Flop erweisen.

Gruß
KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Fri, 18 Jun 2021 18:10:26 GMT

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

Kaus Klinski schrieb am Fri, 18 June 2021 20:41Hi,

naja, N=40, Dauer knapp 6 Monate. Mehr muss man ja fast nicht mehr wissen. Es gibt doch gefühlt jeden Tag so eine Ministudie (die auf die sich der Thread bezieht ist sogar grundsätzlich vom Design her gut gemacht, aber ...) die gravierende Erfolge gefunden haben will.

Schön wäre es natürlich, aber ich fürchte, Zink (hier als Gluconat) wird sich, wie so vieles in

der Vergangenheit, in der Praxis als Flop erweisen.

Gruß

KK

EINES VON DEN VIELEN DASEINBERECHTIGUNSSSTUDIEN

einer der keine papers schreibt, bekommt auch kein geld :arrow:

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Yagel](#) on Fri, 18 Jun 2021 18:21:19 GMT

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

pilos schrieb am Fri, 18 June 2021 20:10Kaus Klinski schrieb am Fri, 18 June 2021 20:41Hi,

naja, N=40, Dauer knapp 6 Monate. Mehr muss man ja fast nicht mehr wissen. Es gibt doch gefühlt jeden Tag so eine Ministudie (die auf die sich der Thread bezieht ist sogar grundsätzlich vom Design her gut gemacht, aber ...) die gravierende Erfolge gefunden haben will.

Schön wäre es natürlich, aber ich fürchte, Zink (hier als Gluconat) wird sich, wie so vieles in der Vergangenheit, in der Praxis als Flop erweisen.

Gruß

KK

EINES VON DEN VIELEN DASEINBERECHTIGUNSSSTUDIEN

einer der keine papers schreibt, bekommt auch kein geld :arrow:

Hast du die Studie gelesen?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Fri, 18 Jun 2021 20:21:18 GMT

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

nein

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Kaus Klinski](#) on Fri, 18 Jun 2021 21:58:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vermutlich genügt schon der abstract, um zumindest mutmassen zu können, dass wir es hier eher nicht mit einer sensationellen neuen und vor allem wirksamen Therapie zu tun haben ;->

Gruß
KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sat, 19 Jun 2021 06:20:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

abstract ist oben

Conclusions:our....our...might.....

ist immer eine besondere wortwahl ;)

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [valesk](#) on Sat, 19 Jun 2021 11:47:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

40 Probanden ergeben auch keine Studie sondern bestenfalls eine Wissenschaftliche Arbeit oder ein Paper. 52% Haben positive Ergebnisse, dass aber 48% eventuell negative Ergebnisse haben wird gar nicht erst erwähnt. Alles unter 1000 Probanden kann man nicht wirklich ernst nehmen.
:/

Das hat pilos eben schon iwo gesagt. Es ist schwierig etwas ernst zu nehmen was eigentlich nur dazu dient die Quote zu erfüllen etwas zu veröffentlichen.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) on Sat, 19 Jun 2021 13:19:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

valesk schrieb am Sat, 19 June 2021 13:4740 Probanden ergeben auch keine Studie sondern bestenfalls eine Wissenschaftliche Arbeit oder ein Paper. 52% Haben positive Ergebnisse, dass aber 48% eventuell negative Ergebnisse haben wird gar nicht erst erwähnt. Alles unter 1000 Probanden kann man nicht wirklich ernst nehmen. :/

Das hat pilos eben schon iwo gesagt. Es ist schwierig etwas ernst zu nehmen was eigentlich nur

dazu dient die Quote zu erfüllen etwas zu veröffentlichen.
Alle Probanden der Wirkstoffgruppe hatten positive Ergebnisse. Die 52% beziehen sich auf den Anstieg der durchschnittlichen Haare.

In der Kontrollgruppe wurde kein Anstieg beobachtet.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [valesk](#) on Sat, 19 Jun 2021 14:41:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

achso, mein Fehler

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [newbie123](#) on Sat, 19 Jun 2021 15:03:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn n=40 keinerlei Aussagekraft hätte, wäre jeder Erfahrungsbericht hier vollkommen wertlos.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) on Sat, 19 Jun 2021 15:09:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Letztendlich kann man es nur ausprobieren. Ich würde es nicht von vorneherein ablehnen.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sat, 19 Jun 2021 17:16:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yagel schrieb am Sat, 19 June 2021 18:09 Letztendlich kann man es nur ausprobieren. Ich würde es nicht von vorneherein ablehnen.
genau so ist es

-250 mg arginin base
mit milchsäure 80% (0,2g ?) auf ph 5,5 bringen
-500mg zinc gluconate darin lösen
10% ethanol und 10% pg/pentg

fertig ;)

es geht auch mehr arginin und zink (z.b. alle zahlen verdoppeln) nur die ratio sollte gleich bleiben.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Kaus Klinski](#) on Sat, 19 Jun 2021 17:19:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: Letztendlich kann man es nur ausprobieren. Ich würde es nicht von vorneherein ablehnen. Da würde ich zustimmen, solange sich das Risiko-Nutzen-Verhältnis (bzw. Preis/Leistung) in annehmbarem Rahmen bewegen. Scheint hier aber ja der Fall zu sein.

Gruß
KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Kaus Klinski](#) on Sat, 19 Jun 2021 17:24:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: Wenn n=40 keinerlei Aussagekraft hätte, wäre jeder Erfahrungsbericht hier vollkommen wertlos.

Könnte man ja, leider, durchaus auch so sehen. Klar ist es immer interessant zu lesen, was die User im Einzelfall für Erfahrungen machen, aber es dient halt wenn dann nur ganz grob zur Orientierung und lässt sich leider nicht verallgemeinern (es sei denn, jemand findet eine Möglichkeit auf einer spiegelnden Glatze wirklich wieder volles Haar wachsen zu lassen, nicht nur in dem Maße der bisher etablierten Therapien wie Fin/Minox), dann wäre ich auch neugierig ;)).

Aber wie sagt man: Der Plural von Anekdoten lautet nicht Evidenz.

Gruß
KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Biernot0815](#) on Mon, 21 Jun 2021 10:26:02 GMT

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

<https://data.epo.org/publication-server/pdf-document/EP20020497NWA1.pdf?PN=EP3815683%20EP%203815683&iDocId=6531880&iepatch=.pdf>

Demnach soll Arginin schon mehr Einfluss auf die 5-alpha Reduktase haben als Fin, oder lese ich das falsch raus?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Yagel](#) on Mon, 21 Jun 2021 11:46:00 GMT

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

Biernot0815 schrieb am Mon, 21 June 2021

12:26<https://data.epo.org/publication-server/pdf-document/EP20020497NWA1.pdf?PN=EP3815683%20EP%203815683&iDocId=6531880&iepatch=.pdf>

Demnach soll Arginin schon mehr Einfluss auf die 5-alpha Reduktase haben als Fin, oder lese ich das falsch raus?

Kommt auf die Dosierung an. Wo hast du denn das her? Da stehen ja nochmal genauere Angaben.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Biernot0815](#) on Mon, 21 Jun 2021 11:50:34 GMT

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

Yagel schrieb am Mon, 21 June 2021 13:46Biernot0815 schrieb am Mon, 21 June 2021

12:26<https://data.epo.org/publication-server/pdf-document/EP20020497NWA1.pdf?PN=EP3815683%20EP%203815683&iDocId=6531880&iepatch=.pdf>

Demnach soll Arginin schon mehr Einfluss auf die 5-alpha Reduktase haben als Fin, oder lese ich das falsch raus?

Kommt auf die Dosierung an. Wo hast du denn das her? Da stehen ja nochmal genauere Angaben.

Keine Ahnung. Als ich Arginine und Hair loss eingegeben hab, tauchte das als link auf :?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Mon, 21 Jun 2021 12:00:05 GMT

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

da es aber gluconsäure für endverbraucher aufgrund der 0 nachfrage nicht gibt, nimmt man

milchsäure 80%

0,6g milchsäure 80% entsprechen 1g gluconsäure ;)

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Biernot0815](#) on Mon, 21 Jun 2021 12:21:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fehlt noch die Ascorbinsäure ...?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Mon, 21 Jun 2021 12:39:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Biernot0815 schrieb am Mon, 21 June 2021 15:21Fehlt noch die Ascorbinsäure ...?
würde ich direkt nicht mit reingeben, das oxidiert und wird nach paar tage schwarz

sie mischen es im patent auch nicht miteinander, erst vor der anwendung ;)

bin ja mal gespannt, ob es auch eines der zig tausende patente sein wird ...welche nach 20 jahren
immer noch kein kommerzielles produkt hervorgebracht hat ;)

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Biernot0815](#) on Mon, 21 Jun 2021 13:50:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Naja, Arginin im Haarwasser ist ja eigentlich nichts neues :| Da mir nach Fin topisch, Dut topisch,
Minox und Ru die Birne tagelang glüht, brauch ich mir wohl keine Hoffnung machen, dass ich
das vertrage :-\

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Mon, 21 Jun 2021 13:55:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Biernot0815 schrieb am Mon, 21 June 2021 16:50Naja, Arginin im Haarwasser ist ja eigentlich
nichts neues :| Da mir nach Fin topisch, Dut topisch, Minox und Ru die Birne tagelang glüht,
brauch ich mir wohl keine Hoffnung machen, dass ich das vertrage :-\
testen

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Kaus Klinski](#) on Mon, 21 Jun 2021 18:01:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Naja ...

Ihr wisst schon, dass viele Arginin grammweise oral als "Pump-Booster" vor dem Training verwenden? Die hätten dann alle PFS und volles Haar ;-> Ich bin da sehr skeptisch ...

Gruß
KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) on Mon, 21 Jun 2021 18:56:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kaus Klinski schrieb am Mon, 21 June 2021 20:01Naja ...

Ihr wisst schon, dass viele Arginin grammweise oral als "Pump-Booster" vor dem Training verwenden? Die hätten dann alle PFS und volles Haar ;-> Ich bin da sehr skeptisch ...

Gruß
KK
Geht ja um die topische Anwendung.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 21 Jun 2021 19:26:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kaus Klinski schrieb am Mon, 21 June 2021 20:01Naja ...

Ihr wisst schon, dass viele Arginin grammweise oral als "Pump-Booster" vor dem Training verwenden? Die hätten dann alle PFS und volles Haar ;-> Ich bin da sehr skeptisch ...

Gruß
KK

1) Hat Arginin nur eine sehr kurze Wirksamkeit. Ich meine, es ist 1 Std.
Also genau so dass es für einen Pump reicht. Es hat aber keine 24-Std-Wirkung.
Anders ist es bei L-Citrullin. Die wird in Arginin schrittweise umgewandelt und garantiert
eine 12-stündige Versorgung mit Stickstoffmonoxid.

2) Dürfte es nicht wenige Bodybuilder geben, die sich entweder Testo spritzen oder aber
Naturheilmittel verwenden, die den T- und damit auch den DHT-Spiegel in die Höhe treiben.
Je mehr DHT, desto stärker verkalken die Gefäße.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Kaus Klinski](#) on Mon, 21 Jun 2021 19:53:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, aber in der Relation ... wenn ich so viel Arginin p.o. zuführe, dann wird sicher auch eine relevante Menge über den Blutfluss zu den Haarfollikeln gelangen. Würde ich zumindest mutmassen.

Gruß
KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Mon, 21 Jun 2021 20:01:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kaus Klinski schrieb am Mon, 21 June 2021 22:53Ja, aber in der Relation ... wenn ich so viel Arginin p.o. zuführe, dann wird sicher auch eine relevante Menge über den Blutfluss zu den Haarfollikeln gelangen. Würde ich zumindest mutmassen.

Gruß
KK

macht es nicht

der körper regelt das sofort wieder runter..selbst 30 g

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2014227/figure/fig02/>

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Kaus Klinski](#) on Mon, 21 Jun 2021 21:38:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, und die 30 Gramm waren sogar i.v. OK, aber vielleicht genügt ja ein kurzes schnelles Anfluten ;)

Gruß
KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by pilos on Mon, 21 Jun 2021 21:50:42 GMT

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

Kaus Klinski schrieb am Tue, 22 June 2021 00:38Ja, und die 30 Gramm waren sogar i.v. OK, aber vielleicht genügt ja ein kurzes schnelles Anfluten ;)

eben nicht...und gerade das passiert bei allen topicals auch..werden schnell weggeschafft und bilden keine therapeutische konzentrationen mehr, weil derträger nicht ideal ist...keine depotwirkung

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by Kaus Klinski on Mon, 21 Jun 2021 22:22:19 GMT

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

Zitat: eben nicht...und gerade das passiert bei allen topicals auch..werden schnell weggeschafft und bilden keine therapeutische konzentrationen mehr, weil derträger nicht ideal ist...keine depotwirkung

Wenn das so ist, dann kann man es ja im Grunde gleich sein lassen ...?

Gruß
KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by Mark2021 on Tue, 22 Jun 2021 18:06:17 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 19 June 2021 19:16Yagel schrieb am Sat, 19 June 2021 18:09Letztendlich kann man es nur ausprobieren. Ich würde es nicht von vorneherein ablehnen.
genau so ist es

-250 mg arginin base
mit milchsäure 80% (0,2g ?) auf ph 5,5 bringen
-500mg zinc gluconate darin lösen
10% ethanol und 10% pg/pentg

fertig ;)

es geht auch mehr arginin und zink (z.b. alle zahlen verdoppeln) nur die ratio sollte gleich bleiben.

Hallo Pilos,

Danke für Deine Informationen und die Mischungsformel. Ich muss gestehen ich habe noch nie eine Lösung zur topischen Behandlung selbst gemischt und ich habe sehr wenig Ahnung dazu... wenn ich darf würde ich Dich dazu etwas fragen und ich hoffe meine Fragen sind nicht allzu doof..

- nimmt man links- oder rechtsdrehende Milchsäure? ich habe verschiedene Arten von Milchsäuren mit verschiedenen % Angaben gefunden. Welche sollte man Deiner Meinung nach am besten verwenden?

- kann man auch flüssiges kolloiales Zink verwenden oder Zink-Histidin? So wie ich es verstanden habe, hätten beide eine sehr hohe Bioverfügbarkeit. Wahrscheinlich teurer aber das wäre zweitrangig und da Zink sehr schwer vom Körper aufgenommen wird, dachte ich ich frage Dich nach Zink-Histidin und kolloidalem Zink. Ich hoffe das ist kein grober Unfug was ich schreibe....

- Arginin konnte ich nirgends flüssig finden (das ganze muss wohl etwas kompliziert sein für uns :))) oder gibt es das irgendwo bereits flüssig?

- "10% ethanol und 10% pg/pentg" -> was bedeutet pg/pentg ?

- kannst Du zum messen des pH-Wertes etwas empfehlen, benutzt man da ein bestimmtes Gerät?

-Ethanol, da gibt es verschiedene Konzentrierungen mit verschiedenen Zusätzen, ich habe z. B. ETHANOL MEK denaturatum 70% gefunden, geht so etwas oder ist eine andere % Zahl und andere Angaben dazu nötig?

VIELEN DANK!!!!!!

und Grüße

Mark

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Jun 2021 18:42:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

die Rezeptur ist sehr selbsterklärend....anscheinend hast sie nicht richtig gelesen ;)

einfach an die Rezeptur halten und keine Abschweifungen davon betreiben

scheint hier eine Krankheit zu sein und dann werden hier Romane zerredet, dass die Leute zum

schluss keinen überblick mehr haben...um was es überhaupt ging :p

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Klaus Klinski](#) on Tue, 22 Jun 2021 19:43:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:10% ethanol und 10% pg/pentg" -> was bedeutet pg/pentg ?
Damit Du nicht "dumm" sterben musst ;)

pg = Propylenglykol
pentg= Pentylen glykol

Also entweder oder.

Ethanol vermutlich 96 %.

Arginin ist IMHO *immer* ein Feststoff. Laut pilos ist "base" zu verwenden also reines unverändertes Arginin, kein HCL oder alpha-Keto-Glutarat oder so "Gedöns" ;)

Gruß
KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Mark2021](#) on Tue, 22 Jun 2021 19:58:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

:thumbup: :d

Danke an Klaus Kinski :!:

Subject: Aw: Zink als Alternative
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 22 Jun 2021 20:23:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich würde Arginin-Nitrat nehmen.
Das Nitrat macht Stickoxid.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Tue, 22 Jun 2021 22:05:26 GMT

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

Mark2021 schrieb am Tue, 22 June 2021 22:58 :thumbup: :d

Danke an Klaus Kinski :!: :thumbup:

jeden alk zwischen 15 und 100% kann man verwenden..einfach umrechnen :p

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Klaus Klinski](#) on Tue, 22 Jun 2021 22:21:20 GMT

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

Zitat:jeden alk zwischen 15 und 100% kann man verwenden..einfach umrechnen
Aber dann stimmen doch die Anteile mengenmässig nicht mehr, oder? Von 15%igem Ethanol
werde ich ja mehr brauchen als von 96%igem, nehme ich 'mal stark an.

Gruß
KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Wed, 23 Jun 2021 08:16:49 GMT

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

Klaus Klinski schrieb am Wed, 23 June 2021 01:21Zitat:jeden alk zwischen 15 und 100% kann
man verwenden..einfach umrechnen
Aber dann stimmen doch die Anteile mengenmässig nicht mehr, oder? Von 15%igem Ethanol
werde ich ja mehr brauchen als von 96%igem, nehme ich 'mal stark an.

Gruß
KK
das versteht man ja auch unter umrechnen ;)

10 alk (96%)
10 pg/pentg
80 wasser

67 alk 15%
10 pg/pentg
23 wasser

15 alk 70%
10 pg/pentg
75 wasser

27 alk 37% (wodka)

10 pg/pentg
63 wasser

usw..usf....

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) **on** Wed, 23 Jun 2021 10:48:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

In der Patent-Datei sind ja verschiedene Rezepturen aufgelistet.

Wenn ich es richtig verstanden habe, müsste es für 100ml ja so funktionieren:

60ml Wasser
650mg Arginin
900mg Zinc-Gluconate
25 ml Alcohol
2 ml PG
0,6 g Milchsäure 80%

10ml Ascorbinsäure separat

Oder eben
10 ml PG
10 ml Alkohol (96%)
80 ml Wasser
650mg Arginin
900 mg Zinc-Gluconate
0,6g Milchsäure 80%

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) **on** Wed, 23 Jun 2021 11:14:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yagel schrieb am Wed, 23 June 2021 13:48In der Patent-Datei sind ja verschiedene Rezepturen aufgelistet.

Wenn ich es richtig verstanden habe, müsste es für 100ml ja so funktionieren:

60ml Wasser
650mg Arginin

900mg Zinc-Gluconate

25 ml Alcohol

2 ml PG

0,6 g Milchsäure 80%

10ml Ascorbinsäure separat

Oder eben

10 ml PG

10 ml Alkohol (96%)

80 ml Wasser

650mg Arginin

900 mg Zinc-Gluconate

0,6g Milchsäure 80%

muss sich jeder aussuchen, was er haben möchte

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Kaus Klinski](#) on Wed, 23 Jun 2021 17:56:02 GMT

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

Zitat: das versteht man ja auch unter umrechnen

Jo, jetzt verstehe ich. Ich wünsche mir wirklich langsam mein Hirn zurück ... ;->

Gruß

KK

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 24 Jun 2021 05:59:58 GMT

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

Und welches arginin genau?einfach in kapsel oder pulverform holen?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Thu, 24 Jun 2021 08:52:03 GMT

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

Fliesengott schrieb am Thu, 24 June 2021 08:59Und welches arginin genau?einfach in kapsel oder pulverform holen?

laut studie die freie base.

man kann bestimmt auch kapseln nehmen, wenn nicht viel schmodder drin

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Fliesengott](#) **on Thu, 24 Jun 2021 08:56:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)**

Hast du zzt fällig ein bestimmtes produkt mit link? am besten als pulver

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) **on Thu, 24 Jun 2021 09:11:50 GMT**
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Thu, 24 June 2021 11:56Hast du zzt fällig ein bestimmtes produkt mit link? am besten als pulver

ist erstmal die frage ob es sinn macht, dass jeder user sich 0,3 kg arginin zulegt, damit er 2 gramm verbraucht :lol:

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) **on Thu, 24 Jun 2021 11:39:05 GMT**
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich würde diese Produkte vorschlagen?

Arginine

https://www.amazon.de/Arginin-Base-Pulver-Tagesdosis-Bioverf%C3%BCgbarkeit/dp/B07Z4MLT N4/ref=sr_1_2_sspa?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=arginin+base&qid=162453&sr=8-2-spons&psc=1&spLa=ZW5jcnlwdGVkUXVhbGlmaWVyPUFDUkhaNUdVOThFMUs mZW5jcnlwdGVkSWQ9QTA1ODQ5MDIxUDBFR0IBTEVaTTY1JmVuY3J5cHRIZEFkSWQ9QTAy MzcxMDFJM0RRWk9WV1IDSk0md2IkZ2V0TmFtZT1zcF9hdG YmYWN0aW9uPWNsaWNrUmVkaXJIY3QmZG9Ob3RMb2dDbGljaz10cnVI

Zink-Gluconate

https://www.amazon.de/Immunsystem-Muskelaufbau-Testosteron-Hergestellt-Deutschland/dp/B0 1LZC3SQJ/ref=sr_1_1_sspa?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&d child=1&keywords=zinc+gluconate& ;amp ;amp ;qid=1624534505&sr=8-1-spons&psc=1&smid=A2K63PSXR155P8&spLa=ZW5jcnlwdGVkUXVhb GlmaWVyPUEzVVhGUDhCREk0WIU3JmVuY3J5cHRIZEIkPUEwNjY2NTcwQVVYNEg3RktDQ0N HJmVuY3J5cHRIZEFkSWQ9QTA0NzMwOTRRUTY5 NUVZMDIYU0Ymd2IkZ2V0TmFtZT1zcF9hdGYmYWN0aW9uPWNsaWNrUmVkaXJIY3QmZG9Ob3RMb2dDbGljaz10cnVI

Milchsäure

https://www.amazon.de/Dragonspice-Naturwaren-Milchs%C3%A4ure-80-1000g/dp/B007R1UM2G /ref=sr_1_4_sspa?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crid=IT9LXM Y2W5HU&dchild=1&keywords=milchs%C3 %A4ure+80%25&qid=1624534558&sprefix=milchs%C3%A4ure+80%2Caps%2C167&sr=8-4-spo

ns&psc=1&spLa=ZW5jcnIwdGVkUXVhbGlmaWVyPUExMUUxQUc2NE5RMVFSJmVuY3J5cHRIZElkPUEwMjczNzY2MIRPNk5IVU1YNkhJWCZlbnNyeXB0ZWRBZEIkPUEwNzkzMDQwMzQ2TkpTN0syRVdUTCZ3aWRnZXROYW1IPXNwX2F0ZiZhY3Rpb249Y2xpY2tSZWRpcmVjdCZkb05vdExvZ0NsaWNrPXRYdWU=

Was ist mit Milchsäure auf PH 5,5 bringen gemeint?
Einfach das Arginine Base in 0,6ml Milchsäure lösen oder muss man da noch was zusätzliches machen?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Thu, 24 Jun 2021 12:22:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bestandteile
L Arginin Base, Calciumascorbat

Zn

eine tablette mit nur 25mg hat massig füllstoffe

was will man mit 500g arginin bzw 1 liter milchsäure machen, wenn man nach 3 monate mit der wirkung unzufrieden ist ;)

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) on Thu, 24 Jun 2021 13:18:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dann alternativ

Arginin:
https://www.amazon.de/Arginin-Base-Pulver-500-Gramm/dp/B01N8YQLJP/ref=sr_1_9?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=arginin+base&qid=1624540647&sr=8-9

Zink-Gluconate (nur Reismehl als Füllstoff):
https://www.amazon.de/Zink-Kapseln-Zufriedenheitsgarantie-Mangelerscheinungen-Zinkgluconat/dp/B01N9T8KA7/ref=sr_1_7?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&d

child=1&keywords=zink+gluconat&a mp;qid=1624540447&sr=8-7

Mir ist schon bewusst, dass es große Mengen sind. Lohnt sich halt nur, wenn man das Produkt auf lange Sicht herstellen will.

Kannst du mir die Frage zu der Milchsäure beantworten?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Thu, 24 Jun 2021 13:33:43 GMT

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

Yagel schrieb am Thu, 24 June 2021 16:18Dann alternativ

Arginin:

https://www.amazon.de/Arginin-Base-Pulver-500-Gramm/dp/B01N8YQLJP/ref=sr_1_9?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=arginin+base&qid=1624540647&sr=8-9

Zink-Gluconate (nur Reismehl als Füllstoff):

https://www.amazon.de/Zink-Kapseln-Zufriedenheitsgarantie-Mangelerscheinungen-Zinkgluconat/dp/B01N9T8KA7/ref=sr_1_7?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=zink+gluconat&a mp;a mp;qid=1624540447&sr=8-7

Mir ist schon bewusst, dass es große Mengen sind. Lohnt sich halt nur, wenn man das Produkt auf lange Sicht herstellen will.

Kannst du mir die Frage zu der Milchsäure beantworten?

erstmal muss sich die mischung überhaupt bewähren ;), bevor man sich die regale in der bude vollstellt

na man mißt den ph der lösung

muss man vortesten...bis man ungefähre menge der säure durchgeben kann

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Mark2021](#) on Fri, 25 Jun 2021 10:13:41 GMT

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

Arginin ist in den meisten Formeln neben Zink ja mit enthalten. hat jemand Erfahrung mit diesem Produkt? (Arginin)

und pflanzliche alpha 5 reduktase hemmer sind drin)

Biochanin-A Serum

wenn man da noch zink beigeben könnte oder vorher oder nachher auftragen wäre das eventuell ein brauchbare Lösung?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) on Fri, 25 Jun 2021 12:48:38 GMT

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

pilos schrieb am Thu, 24 June 2021 15:33Yagel schrieb am Thu, 24 June 2021 16:18Dann alternativ

Arginin:

https://www.amazon.de/Arginin-Base-Pulver-500-Gramm/dp/B01N8YQLJP/ref=sr_1_9?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=arginin+base&qid=1624540647&sr=8-9

Zink-Gluconate (nur Reismehl als Füllstoff):

https://www.amazon.de/Zink-Kapseln-Zufriedenheitsgarantie-Mangelerscheinungen-Zinkgluconat/dp/B01N9T8KA7/ref=sr_1_7?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=zink+gluconat&qid=1624540447&sr=8-7

Mir ist schon bewusst, dass es große Mengen sind. Lohnt sich halt nur, wenn man das Produkt auf lange Sicht herstellen will.

Kannst du mir die Frage zu der Milchsäure beantworten?

erstmal muss sich die mischung überhaupt bewähren ;), bevor man sich die regale in der bude vollstellt

na man mißt den ph der lösung

muss man vortesten...bis man ungefähre menge der säure durchgeben kann

Reicht dafür so ein normales Ph-Messgerät?

Wozu dient die Milchsäure überhaupt?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Fri, 25 Jun 2021 13:06:44 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yagel schrieb am Fri, 25 June 2021 15:48
Reicht dafür so ein normales Ph-Messgerät?

Wozu dient die Milchsäure überhaupt?

reicht auch ph-papier

damit das zink nicht ausfällt

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Mark2021](#) on Fri, 25 Jun 2021 13:10:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mark2021 schrieb am Fri, 25 June 2021 12:13Arginin ist in den meisten Formeln neben Zink ja mit enthalten. hat jemand Erfahrung mit diesem Produkt? (Arginin und pflanzliche alpha 5 reduktase hemmer sind drin)

Biochanin-A Serum

wenn man da noch zink beigegeben könnte oder vorher oder nachher auftragen wäre das eventuell ein brauchbare Lösung?

wenn das so geht welches dieser beiden Zink würdet ihr wählen:

1. Crystal kolloidales Zink ist eine Mischung aus sehr kleinen 20-Nanometer-Zinkpartikeln in ultrareinem Wasser. Unser kolloidales Zink, das nach Wasser schmeckt, besteht zu 100% aus reinem kolloidalem Zink.

2. Vitabay Med - Kolloidales Zink 50 PPM

Das kolloidale Zink von Vitabay ®MED ist mit 50 PPM (50 mg pro Liter) hoch konzentriert. Die Reinheitsstufe beträgt 99,99%. Die Lösung ist zu 96% ionisch und 4% kolloidal.

DANKE!

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Fri, 25 Jun 2021 14:52:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mark2021 schrieb am Fri, 25 June 2021 16:10
wenn das so geht welches dieser beiden Zink würdet ihr wählen:

1. Crystal kolloidales Zink ist eine Mischung aus sehr kleinen 20-Nanometer-Zinkpartikeln in ultrareinem Wasser. Unser kolloidales Zink, das nach Wasser schmeckt, besteht zu 100% aus reinem kolloidalem Zink.

2. Vitabay Med - Kolloidales Zink 50 PPM

Das kolloidale Zink von Vitabay ®MED ist mit 50 PPM (50 mg pro Liter) hoch konzentriert. Die Reinheitsstufe beträgt 99,99%. Die Lösung ist zu 96% ionisch und 4% kolloidal.

DANKE!

gar keines

man will gar kein kolloidales zink sondern salze

auch brauchen wir keine 50 ppm sondern 1.263.157 ppm

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) on Fri, 25 Jun 2021 19:02:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Würde das so funktionieren

650mg Arginin

https://www.amazon.de/Arginin-Base-Pulver-500-Gramm/dp/B01N8YQLJP/ref=sr_1_20?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=arginin+base&qid=1624647612&sr=8-20

Eine kleine Menge Milchsäure bis Ph Wert 5,5

https://www.amazon.de/Arauner-Kitzinger-Milchs%C3%A4ure-80-125g/dp/B001AMAR5K/ref=sr_1_5?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=milchs%C3%A4ure+80%25&qid=1624647648∓sr=8-5

Dann 900 mg hiervon

https://www.amazon.de/Zink-Kapseln-Zufriedenheitsgarantie-Mangelerscheinungen-Zinkgluconat/dp/B01N9T8KA7/ref=sr_1_7?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&d

child=1&keywords=zink+gluconate& qid=1624630296&sr=8-7

80ml Wasser
10 ml Pentylene Glycol
10ml 96% Alkohol

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Fri, 25 Jun 2021 19:28:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja

aber das stand ja auch bereits oben ;)

https://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&th=36607&goto=464451#msg_464451

es sollte sich erst bewähren, bevor man sich eindeckt...den aga papers gibt es wie sand am meer...nur die wirkung bleibt aus...deshalb sind wir alle immer noch hier ;)

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) on Fri, 25 Jun 2021 23:08:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Macht Sinn.

Wie lange ist so eine Lösung denn haltbar?
Stellt man die in den Kühlschrank?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sat, 26 Jun 2021 04:53:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yagel schrieb am Sat, 26 June 2021 02:08Macht Sinn.

Wie lange ist so eine Lösung denn haltbar?
Stellt man die in den Kühlschrank?
jahre, wenn richtig verschlossen
nein

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yagel](#) **on** Sat, 26 Jun 2021 19:54:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Funktioniert für die richtige Aufbewahrung eigentlich so eine Ell-Cranell Flasche? Die finde ich sehr praktisch, um die Lösung auf der Kopfhaut zu verteilen.

Oder eher so eine Pipettenflasche.
PZN: 2722298

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) **on** Sat, 26 Jun 2021 20:12:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yagel schrieb am Sat, 26 June 2021 22:54Funktioniert für die richtige Aufbewahrung eigentlich so eine Ell-Cranell Flasche? Die finde ich sehr praktisch, um die Lösung auf der Kopfhaut zu verteilen.

klar

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Hardy](#) **on** Fri, 23 Jul 2021 00:56:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Klingt interessant. Hab noch Arginin zuhause. Vielleicht probier ich es auch mal :o .

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [solinco](#) **on** Fri, 23 Jul 2021 16:54:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Fri, 25 June 2021 21:28ja

aber das stand ja auch bereits oben ;)

https://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&th=36607&goto=464451#msg_464451

es sollte sich erst bewähren, bevor man sich eindeckt...den aga papers gibt es wie sand am meer...nur die wirkung bleibt aus...deshalb sind wir alle immer noch hier ;)
Aber der schnellste Weg das herauszufinden, wäre wohl probieren.

DIY inkl. Produktempfehlungen wären hier schon großer Luxus ;)

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) **on Fri, 23 Jul 2021 17:01:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)**

solinco schrieb am Fri, 23 July 2021 19:54
Aber der schnellste Weg das herauszufinden, wäre wohl probieren.

läuft bereits

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [solinco](#) **on Fri, 23 Jul 2021 17:09:19 GMT**
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Super Sache. Gäbs trotzdem ein DIY inkl. geeigneter Produkte für die Neugierigen?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) **on Fri, 23 Jul 2021 17:19:00 GMT**
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

solinco schrieb am Fri, 23 July 2021 20:09Super Sache. Gäbs trotzdem ein DIY inkl. geeigneter Produkte für die Neugierigen?

es macht überhaupt keinen sinn, dass sich jeder die ganze ausrüstung zulegt um dann nicht mal 5% davon zu gebrauchen....

eine sammelbestellung kommt viel billiger

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [solinco](#) **on Fri, 23 Jul 2021 18:24:21 GMT**

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

Wurde eine Solche schon getötigt? Würde mich miteinklinken.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) **on Fri, 23 Jul 2021 18:28:22 GMT**

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

solinco schrieb am Fri, 23 July 2021 21:24Wurde eine Solche schon getötigt?
noch nicht

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [solinco](#) **on Sat, 24 Jul 2021 05:46:20 GMT**

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

pilos schrieb am Fri, 23 July 2021 20:28solinco schrieb am Fri, 23 July 2021 21:24Wurde eine Solche schon getötigt?
noch nicht

https://www.amazon.de/dp/B06XKLN2M/ref=cm_sw_r_cp_apa_glt_i_PFFEGJ5TZG6NBEA6A583?_encoding=UTF8&psc=1

Täten die es auch, dann hätte ich sogar noch alles da?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) **on Sat, 24 Jul 2021 08:16:40 GMT**

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

solinco schrieb am Sat, 24 July 2021 08:46pilos schrieb am Fri, 23 July 2021 20:28solinco schrieb am Fri, 23 July 2021 21:24Wurde eine Solche schon getötigt?
noch nicht

https://www.amazon.de/dp/B06XKLN2M/ref=cm_sw_r_cp_apa_glt_i_PFFEGJ5TZG6NBEA6A583?_encoding=UTF8&psc=1

Täten die es auch, dann hätte ich sogar noch alles da?

tabs sind kokolores...40 tabs in 100 ml damit kannst die wand kleistern

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [solinco](#) on Sat, 24 Jul 2021 14:21:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was hat dann Reismehl als Füllstoff in den vorher verlinkten Kapseln für einen Vorteil? Pures Zink Gluconat habe ich noch keines gefunden.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hallowelt](#) on Sat, 24 Jul 2021 14:46:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

solinco schrieb am Sat, 24 July 2021 16:21Pures Zink Gluconat habe ich noch keines gefunden.
Bitte schön! <https://www.amino-factory.de/zink-gluconat-pulver/max-zink-gluconat-pulver.php>

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sat, 24 Jul 2021 15:01:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallowelt schrieb am Sat, 24 July 2021 17:46solinco schrieb am Sat, 24 July 2021 16:21Pures Zink Gluconat habe ich noch keines gefunden.
Bitte schön! <https://www.amino-factory.de/zink-gluconat-pulver/max-zink-gluconat-pulver.php>

es macht trotzdem keinen sinn wenn sich 100 leute, eine dose kaufen, 1-2 gramm benutzen und dann doch nicht mehr brauchen weil es nicht das erhoffte gebracht hat

zumal man mehr als nur zn gluco braucht

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hair_dream](#) on Sun, 25 Jul 2021 22:31:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Könnte eine orale Zink-Aufnahme (z.B. 25 mg tgl.) auch schon gegen AGA hilfreich sein? Wenn ja, welche Form (Kapseln, Tropfen) und welche Art von Zink (Gluconat, Sulfat, etc)?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hallowelt](#) on Mon, 26 Jul 2021 07:56:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Außerdem sollten alle die Minoxidil benutzen wissen, dass sie Zink topisch nicht benutzen können, da es nicht nur keine synergetische Wirkung gibt, sondern die Wirkung gegenüber Minoxidil alleine eher noch schlechter ist.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [solinco](#) on Mon, 26 Jul 2021 08:09:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sat, 24 July 2021 17:01hallowelt schrieb am Sat, 24 July 2021 17:46solinco schrieb am Sat, 24 July 2021 16:21Pures Zink Gluconat habe ich noch keines gefunden.
Bitteschön! <https://www.amino-factory.de/zink-gluconat-pulver/max-zink-gluconat-pulver.php>

es macht trotzdem keinen sinn wenn sich 100 leute, eine dose kaufen, 1-2 gramm benutzen und dann doch nicht mehr brauchen weil es nicht das erhoffte gebracht hat

zumal man mehr als nur zn gluco braucht

Ja das ist schon richtig, aber der Aufwand einer Sammelbestellung ist nicht ganz unerheblich für den Organisator zumal auch noch Tüten, Fläschchen und Verpackungsmaterial zusätzlich zum Versand organisiert werden müssen.

Also wenn sich einer bereiterklärt eine Bestellung zu starten oder schon gestartet hat, würde ich mich miteinklinken und bezahle gerne einen Aufpreis für die oben genannten Faktoren.

Andernfalls würde ich das Zeug selber kaufen und anbieten es dann in kleinen Mengen zu verteilen, allerdings die zusätzlichen Materialien, Mehraufwand usw. auch berechnen.

Was wir noch bräuchten wäre eine Auflistung von wirklich sinnvollen Stoffen /Artikeln.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [solinco](#) on Mon, 26 Jul 2021 08:11:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallowelt schrieb am Mon, 26 July 2021 09:56Außerdem sollten alle die Minoxidil benutzen wissen, dass sie Zink topisch nicht benutzen können, da es nicht nur keine synergetische Wirkung gibt, sondern die Wirkung gegenüber Minoxidil alleine eher noch schlechter ist.

Gibt es Quellen dafür, dass Zink bei paralleler Anwendung mit Minox nicht mehr wirken soll?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Mon, 26 Jul 2021 08:13:07 GMT

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

solinco schrieb am Mon, 26 July 2021 11:09

Ja das ist schon richtig, aber der Aufwand einer Sammelbestellung ist nicht ganz unerheblich für den Organisator zumal auch noch Tüten, Fläschchen und Verpackungsmaterial zusätzlich zum Versand organisiert werden müssen.

Also wenn sich einer bereiterklärt eine Bestellung zu starten oder schon gestartet hat, würde ich mich miteinklinken und bezahle gerne einen Aufpreis für die oben genannten Faktoren.

Andernfalls würde ich das Zeug selber kaufen und anbieten es dann in kleinen Mengen zu verteilen, allerdings die zusätzlichen Materialien, Mehraufwand usw. auch berechnen.

alles easy

ich mache es, wenn mehr leute dazukommen

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hallowelt](#) on Mon, 26 Jul 2021 08:25:32 GMT

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

solinco schrieb am Mon, 26 July 2021 10:11

Gibt es Quellen dafür, dass Zink bei paralleler Anwendung mit Minox nicht mehr wirken soll?

Nicht dass es nicht mehr wirkt, sondern es gibt keinen zusätzlichen Nutzen:

Zitat:No advantage was seen in using both the 5% minoxidil topical solution and the 1% pyrithione zinc shampoo. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12932243/>

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [solinco](#) on Mon, 26 Jul 2021 10:14:45 GMT

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

hallowelt schrieb am Mon, 26 July 2021 10:25
solinco schrieb am Mon, 26 July 2021 10:11
Gibt es Quellen dafür, dass Zink bei paralleler Anwendung mit Minox nicht mehr wirken soll?

Nicht dass es nicht mehr wirkt, sondern es gibt keinen zusätzlichen Nutzen:

Zitat: No advantage was seen in using both the 5% minoxidil topical solution and the 1% pyrithione zinc shampoo. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12932243/>

Hier gings ja um ein shampoo. Bezweifle, dass man das mit einem topical vergleichen kann.
Zudem noch pyrithione zinc - in der Studie in diesem Thread wurde zinc Gluconat verwendet -
was auch immer da genau der Unterschied in Bezug auf AGA sein soll

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [solinco](#) **on** Mon, 26 Jul 2021 10:17:39 GMT

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

pilos schrieb am Mon, 26 July 2021 10:13

alles easy

ich mache es, wenn mehr leute dazukommen

:thumbup:

Also auf geht's Leute

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hallowelt](#) **on** Mon, 26 Jul 2021 12:11:27 GMT

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

solinco schrieb am Mon, 26 July 2021 12:14

Hier gings ja um ein shampoo. Bezweifle, dass man das mit einem topical vergleichen kann.

Zudem noch pyrithione zinc - in der Studie in diesem Thread wurde zinc Gluconat verwendet -
was auch immer da genau der Unterschied in Bezug auf AGA sein soll

Ich würde eher sagen, Zink ist entscheidend, alles andere (Form, Vehikel) ist nicht
entscheidend. Naja, kombinieren (mit Minox) kann man es ja, wird wohl nur nichts extra bringen..

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [solinco](#) **on** Mon, 26 Jul 2021 12:26:26 GMT

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

Das Entscheidende, denk ich, ist, wie es und ob es an die richtige Stelle kommt um zu wirken -
also das Vehikel.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Dr.Willibald](#) on Mon, 26 Jul 2021 12:30:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[/quote]
alles easy
ich mache es, wenn mehr leute dazukommen
[/quote]

+1

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Stephan1987](#) on Mon, 26 Jul 2021 21:11:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Was haltet ihr davon, wenn man es mit nem Dermaroller kombinieren würde?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [haarausfall94](#) on Sat, 25 Sep 2021 12:41:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

In dem vorherigen Thread wurde behauptet:

Zink oral führe zu einer Erhöhung von T und DHT.
Zink topisch soll DHT reduzieren. @pilos was stimmt nun ?

Im Netz findet man nur angaben dazu, das Zink die 5-a-Reduktase hemmt. Laut meiner Recherche reduziert Zink auch die Talgproduktion, was in meinem Fall auch aufgrund einer fettigen Kopfhaut und Pickeln auf dem Rücken interessant wäre.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sat, 25 Sep 2021 13:06:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

es stimmt alles.... je nach modell :lol:

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [haarindersuppe](#) on Sat, 25 Sep 2021 14:38:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

haarausfall94 schrieb am Sat, 25 September 2021 14:41In dem vorherigen Thread wurde behauptet:

Zink oral führe zu einer Erhöhung von T und DHT.
Zink topisch soll DHT reduzieren. @pilos was stimmt nun ?

Im Netz findet man nur Angaben dazu, dass Zink die 5-a-Reduktase hemmt. Laut meiner Recherche reduziert Zink auch die Talgproduktion, was in meinem Fall auch aufgrund einer fettigen Kopfhaut und Pickeln auf dem Rücken interessant wäre.
Zink oral macht doch eh nix bei T und DHT, und wenn macht so wenig Unterschied

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yssorok](#) on Wed, 17 Nov 2021 14:07:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

weil ich hier grad zufällig diesen Zink Thread lese.

Hatte Wunden auf dem Kopf, die ich wochenlang mit Zinksalbe eingeschmiert habe (Minox hab ich inzwischen nicht benutzt, wende ich schon seit Jahren an)

Kurzzeitig war mein Status besser als wie mit Minox (auch von anderen angesprochen worden)

Jetzt Status wieder wie vor Zink, wenn nicht sogar schlechter, hab auch wieder mit Minox angefangen.

Zufall oder vielleicht doch das Zink - keine Ahnung :lol:

LG Yssorok

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Wed, 17 Nov 2021 14:22:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kein zufall

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yssorok](#) on Thu, 18 Nov 2021 11:52:07 GMT

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

8o

Dann werde ich die Creme jetzt auch ohne "Wunden zu haben" auftragen ;)

Kann ich die Zinkcreme mit Ethanol verdünnen, ist doch sehr dickflüssig, wenn man überhaupt von flüssig sprechen kann...

LG Yssorok

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 18 Nov 2021 12:44:49 GMT

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

Welche zinkcreme genau nimmst du denn?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Thu, 18 Nov 2021 13:05:51 GMT

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

Yssorok schrieb am Thu, 18 November 2021 13:52

Kann ich die Zinkcreme mit Ethanol verdünnen, ist doch sehr dickflüssig, wenn man überhaupt von flüssig sprechen kann...

LG Yssorok

man nimmt direkt zinkverbindungen und fertig.

man nimmt doch keine zinkoxid margarine mit vaseline und verdünnt es.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yssorok](#) on Thu, 18 Nov 2021 13:20:43 GMT

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

Fliesengott schrieb am Thu, 18 November 2021 13:44 Welche zinkcreme genau nimmst du denn?
Zink Wundpflege-Creme von Abtei , die hatte ich grad Zuhause

LG Yssorok

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yssorok](#) on Thu, 18 Nov 2021 13:22:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[quote title=pilos schrieb am Thu, 18 November 2021 14:05]Yssorok schrieb am Thu, 18 November 2021 13:52

man nimmt direkt zinkverbindungen und fertig.

man nimmt doch keine zinkoxid margarine mit vaseline und verdünnt es.

Alles klar, danke ;)

LG Yssorok

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [dachs](#) on Thu, 18 Nov 2021 14:45:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wer wendet eine selbstgemachte zink-arginin-Topical an und wer kann schon etwas berichten?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [dachs](#) on Thu, 18 Nov 2021 14:47:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wer wendet ein selbstgemachtes Zink-Arginin-Topical an?
Wer kann schon etwas berichten?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [haarertobak](#) on Thu, 18 Nov 2021 20:04:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

es gibt doch fertige arginin-wässerchen.

und es gibt ja auch eine fertige zink-lotion:

<https://www.ducray.com/de-de/squanorm/squanorm-antschuppen-zink-haartinktur>

oder das hier?

[https://www.shop-apotheke.com/Arzneimittel/4411912/lotio-zinci-oxidati-sr.htm?query=zink%20lotion&queryID=84694874a8aab498945537be86ec0c0f&objectIDs=\[04411912\]&position=4&eventName=click%20on%20product%20in%20suggest&eventType=click](https://www.shop-apotheke.com/Arzneimittel/4411912/lotio-zinci-oxidati-sr.htm?query=zink%20lotion&queryID=84694874a8aab498945537be86ec0c0f&objectIDs=[04411912]&position=4&eventName=click%20on%20product%20in%20suggest&eventType=click)

spricht denn etwas dagegen, diese fertigprodukte statt der eigenmischung anzuwenden? :uhoh:

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Biernot0815](#) on Fri, 19 Nov 2021 08:57:55 GMT

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

dachs schrieb am Thu, 18 November 2021 15:47Wer wendet ein selbstgemachtes Zink-Arginin-Topical an?

Wer kann schon etwas berichten?

Ich seit 4 Monaten. Oberkopf mag dichter geworden sein - vorne bin ich noch unschlüssig. Auf Vergleichsbildern wird es vorne eher weniger. Nach einem Unfall mit Fin gehen mir allerdings überall die Haare aus und ich experimentiere dazu noch mit Testogel aufgrund eines Hormonmangels. Daher bin ich wohl auch kein Maßstab.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Sat, 20 Nov 2021 19:27:20 GMT

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

haarertobak schrieb am Thu, 18 November 2021 22:04es gibt doch fertige arginin-wässerchen.

und es gibt ja auch eine fertige zink-lotion:

<https://www.ducray.com/de-de/squanorm/squanorm-antschuppen-zink-haartinktur>

oder das hier?

[https://www.shop-apotheke.com/Arzneimittel/4411912/lotio-zinci-oxidati-sr.htm?query=zink%20lotion&queryID=84694874a8aab498945537be86ec0c0f&objectIDs=\[04411912\]&position=4&eventName=click%20on%20product%20in%20suggest&eventType=click](https://www.shop-apotheke.com/Arzneimittel/4411912/lotio-zinci-oxidati-sr.htm?query=zink%20lotion&queryID=84694874a8aab498945537be86ec0c0f&objectIDs=[04411912]&position=4&eventName=click%20on%20product%20in%20suggest&eventType=click)

spricht denn etwas dagegen, diese fertigprodukte statt der eigenmischung anzuwenden? :uhoh:

keines mit arginin

lieber selber mischen

kommt auch viel billiger...wenn man einen group buy machen würde...

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 20 Nov 2021 19:38:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Welches arginin und mit welchem vehikel und welcher Konzentration?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sat, 20 Nov 2021 19:42:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Sat, 20 November 2021 21:38 Welches arginin und mit welchem vehikel und welcher Konzentration?
steht alles im thread ;)

https://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&th=36607&goto=464415#msg_464415

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Biernot0815](#) on Sun, 21 Nov 2021 11:27:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Sat, 20 November 2021 20:38 Welches arginin und mit welchem vehikel und welcher Konzentration?
"kommt auch viel billiger...wenn man einen group buy machen würde..." also 3 mal hat Pilos das jetzt sicher schon angeboten :) Will keiner?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yssorok](#) on Fri, 26 Nov 2021 17:41:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

hab mir jetzt diese Mischung gemacht wie hier mal vorgeschlagen

10 ml PG
10 ml Alkohol (96%)
80 ml Wasser
650mg Arginin
900 mg Zinc-Gluconate
0,6g Milchsäure 80%

Wie oft am Tag und wieviel soll man auftragen?

Danke,

LG Yssorok

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [haarertobak](#) on Sun, 28 Nov 2021 04:24:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sat, 20 November 2021 20:27haarertobak schrieb am Thu, 18 November 2021 22:04es gibt doch fertige arginin-wässerchen.

und es gibt ja auch eine fertige zink-lotion:

<https://www.ducray.com/de-de/squanorm/squanorm-antschuppen-zink-haartinktur>

oder das hier?

[https://www.shop-apotheke.com/anzneimittel/4411912/lotio-zinci-oxidati-sr.htm?query=zink%20lotion&queryID=84694874a8aab498945537be86ec0c0f&objectIDs=\[04411912\]&position=4&eventName=click%20on%20product%20in%20suggest&eventType=click](https://www.shop-apotheke.com/anzneimittel/4411912/lotio-zinci-oxidati-sr.htm?query=zink%20lotion&queryID=84694874a8aab498945537be86ec0c0f&objectIDs=[04411912]&position=4&eventName=click%20on%20product%20in%20suggest&eventType=click)

spricht denn etwas dagegen, diese fertigprodukte statt der eigenmischung anzuwenden? :uhoh:

keines mit arginin

lieber selber mischen

kommt auch viel billiger...wenn man einen group buy machen würde...

hm,

es gibt ja dieses:

<https://www.crisan.de/produkte-haarausfall.html>

und dieses:

https://brisk-for-men.com/haarpflege/bei-haarausfall/power_liquid/

(ich bin halt ein faulbär :proud:)

ginge bei einer selbstmische ggfs. auch citrullin oder ein mix aus beidem? :?:

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sun, 28 Nov 2021 08:57:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

haarertobak schrieb am Sun, 28 November 2021 06:24 pilos schrieb am Sat, 20 November 2021 20:27
haarertobak schrieb am Thu, 18 November 2021 22:04 es gibt doch fertige
arginin-wässerchen.

und es gibt ja auch eine fertige zink-lotion:

<https://www.ducray.com/de-de/squanorm/squanorm-antschuppen-zink-haartinktur>

oder das hier?

[https://www.shop-apotheke.com/anzneimittel/4411912/lotio-zinci-oxidati-sr.htm?query=zink%20lotion&queryID=84694874a8aab498945537be86ec0c0f&objectIDs=\[04411912\]&position=4&eventName=click%20on%20product%20in%20suggest&eventType=click](https://www.shop-apotheke.com/anzneimittel/4411912/lotio-zinci-oxidati-sr.htm?query=zink%20lotion&queryID=84694874a8aab498945537be86ec0c0f&objectIDs=[04411912]&position=4&eventName=click%20on%20product%20in%20suggest&eventType=click)

spricht denn etwas dagegen, diese fertigprodukte statt der eigenmischung anzuwenden? :uhoh:

keines mit arginin

lieber selber mischen

kommt auch viel billiger...wenn man einen group buy machen würde...

hm,

es gibt ja dieses:

<https://www.crisan.de/produkte-haarausfall.html>

und dieses:

https://brisk-for-men.com/haarpflege/bei-haarausfall/power_liquid/

(ich bin halt ein faulbär :proud:)

ginge bei einer selbstmische ggfs. auch citrullin oder ein mix aus beidem? :?:

kein zink

was willst damit erreichen?

1. Aqua, Alcohol Denat., Propylene Glycol, Arginine, Citric Acid

2. Aqua, Alcohol Denat., Propylene Glycol, Arginine, Citric Acid, Parfum.

zu citrullin keine daten

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Biernot0815](#) on Thu, 30 Dec 2021 12:12:02 GMT

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

Monat 5 Zink und Arginin topisch und ich wage mal den Stand der Dinge zu posten. Hinten am Wirbel: ja, ganz klar und ohne wenn und aber - es ist dichter geworden. Nicht so, dass ich Freudensprünge machen würde, aber immerhin schimmert die Kopfhaut nicht mehr durch. Auf dem gesamten Oberkopf ist der Haarausfall deutlich weniger geworden, aber ob sich nun, ob positiv oder negativ, was getan hat, kann ich nicht sagen. Es hat sich zumindest nicht viel verändert. Ich hatte ja vor genau einem Jahr meinen großen Knall mit Fin erlebt, worauf die Haare in einem irrsinnigem Tempo ausdünnten, daher werte ich keine Veränderung mal als positiv :)

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Hardy](#) on Sat, 01 Jan 2022 03:04:23 GMT

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

Interessant! Hast du die beschriebene Mischung benutzt?

Hättest du Nebenwirkungen?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Biernot0815](#) on Sat, 01 Jan 2022 10:26:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die hatte ich benutzt. Nebenwirkungen?? neee

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [blub10](#) on Sat, 01 Jan 2022 16:24:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also ich kann als PFS lernen nur bestätigen das Zink topisch bei mir ähnliche Nebenwirkungen wie FIN auslöst. Hatten Zix vor 2 Jahren ausprobiert und nicht vertragen

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [MIXer](#) on Sun, 02 Jan 2022 20:04:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Klingt interessant, ich glaube ich werde es ausprobieren. Gibts es vorher nachher vergleiche von dieser Studie?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [MIXer](#) on Sun, 09 Jan 2022 16:43:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zuhause habe ich noch eine ganze Dose von diesen Zink Tablette liegen. Sind die dafür auch geeignet? Finde nirgendswo die Info, welche Verbindung das ist.

https://www.amazon.de/Tabletten-Alparella-Elements-hochdosiert-Germany/dp/B01F56CAWO/ref=sr_1_20__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&qid=2CQASY1HQQRZV&keywords=zinc+gluconate&qid=1641746276&sprefix=zinc+gluconate%2Caps%2C68&sr=8-20

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sun, 09 Jan 2022 16:57:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

die verbindung steht doch in der zutatenliste ;)

https://m.media-amazon.com/images/I/819t85B++3L._AC_SL1500_.jpg

die ganzen füllstoffe machen den saft zu einem kleister

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Biernot0815](#) on Sun, 09 Jan 2022 18:27:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sun, 09 January 2022 17:57 die verbindung steht doch in der zutatenliste ;)

https://m.media-amazon.com/images/I/819t85B++3L._AC_SL1500_.jpg

die ganzen füllstoffe machen den saft zu einem kleister

Du wirst dich auch ärgern, weil die Füllstoffe ewig die Kanüle verstopfen

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [MIXer](#) on Mon, 10 Jan 2022 12:11:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ok Danke.

Der Hier eignet sich also am besten?

https://www.amazon.de/gp/product/B01N9T8KA7/ref=crt_ewc_title_dp_5?ie=UTF8&psc=1&smid=A16MT96AKIUQ8P

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Mon, 10 Jan 2022 12:37:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

MIXer schrieb am Mon, 10 January 2022 14:11 Ok Danke.

Der Hier eignet sich also am besten?

https://www.amazon.de/gp/product/B01N9T8KA7/ref=crt_ewc_title_dp_5?ie=UTF8&psc=1&smid=A16MT96AKIUQ8P

vergiss die kapseln, zu teuer und nicht zu gebrauchen ;)

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hair_dream](#) on Sat, 22 Jan 2022 23:39:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yssorok schrieb am Fri, 26 November 2021 18:41Hallo,

hab mir jetzt diese Mischung gemacht wie hier mal vorgeschlagen

10 ml PG
10 ml Alkohol (96%)
80 ml Wasser
650mg Arginin
900 mg Zinc-Gluconate
0,6g Milchsäure 80%

Wie oft am Tag und wieviel soll man auftragen?

Danke,

LG Yssorok

Nabend,
Wie ist der Stand bei dir?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yssorok](#) on Sun, 23 Jan 2022 12:58:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo,

da ich diese Mischung erst seit Ende Nov. benutze, kann ich natürlich noch nicht viel sagen...

Aber es fühlt sich gut an, kein Kopfhautjucken mehr. Trage es immer am Abend auf (ca 2 - 3 ml)

Wenn es eingezogen ist, schmier ich mir vor dem in's Bett gehen noch Zinkcreme auf die Birne.

Minox hab ich topisch komplett abgesetzt, nur noch oral.

Ich meld mich in 1 -2 Monaten noch mal ;)

LG Yssorok

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [hair_dream](#) on Sun, 23 Jan 2022 23:28:23 GMT

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

Yssorok schrieb am Sun, 23 January 2022 13:58Hallo,

da ich diese Mischung erst seit Ende Nov. benutze, kann ich natürlich noch nicht viel sagen...

Aber es fühlt sich gut an, kein Kopfhautjucken mehr. Trage es immer am Abend auf (ca 2 - 3 ml)

Wenn es eingezogen ist, schmier ich mir vor dem in's Bett gehen noch Zinkcreme auf die Birne.

Minox hab ich topisch komplett abgesetzt, nur noch oral.

Ich meld mich in 1 -2 Monaten noch mal ;)

LG Yssorok

Danke für den Zwischenstand. Demnächst will ich es auch probieren.

Vitamin B6 tust du nicht rein? Die Amerikaner machen das ja bei diesem 'Zix' immer rein.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Mon, 24 Jan 2022 17:02:20 GMT

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

hair_dream schrieb am Mon, 24 January 2022 01:28

Vitamin B6 tust du nicht rein? Die Amerikaner machen das ja bei diesem 'Zix' immer rein.
aber als b6-p5p

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [hair_dream](#) on Mon, 24 Jan 2022 20:59:00 GMT

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

pilos schrieb am Mon, 24 January 2022 18:02hair_dream schrieb am Mon, 24 January 2022 01:28

Vitamin B6 tust du nicht rein? Die Amerikaner machen das ja bei diesem 'Zix' immer rein.
aber als b6-p5p

In diesem Forum nimmt es niemand zu einer Zink-Lotion hinzu? Gibt es einen Grund?

pilos schrieb am Wed, 23 June 2021 13:14Yagel schrieb am Wed, 23 June 2021 13:48In der Patent-Datei sind ja verschiedene Rezepturen aufgelistet.

Wenn ich es richtig verstanden habe, müsste es für 100ml ja so funktionieren:

60ml Wasser
650mg Arginin
900mg Zinc-Gluconate
25 ml Alcohol
2 ml PG
0,6 g Milchsäure 80%

10ml Ascorbinsäure separat

Oder eben
10 ml PG
10 ml Alkohol (96%)
80 ml Wasser
650mg Arginin
900 mg Zinc-Gluconate
0,6g Milchsäure 80%
muss sich jeder aussuchen, was er haben möchte
Wie viel B6-p5p müsste ich hinzumischen?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [dark23](#) on Sun, 30 Jan 2022 15:52:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich würde P5P auch gerne dazumischen!
Gibt es hierzu eine genau Anleitung bzw. Umrechnung?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sun, 30 Jan 2022 16:31:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

würde sagen 0,15%

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [MIXer](#) on Mon, 31 Jan 2022 17:48:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hat jemand einen Link zu dem Ami Forum?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hair_dream](#) on Mon, 31 Jan 2022 18:56:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

MIXer schrieb am Mon, 31 January 2022 18:48 Hat jemand einen Link zu dem Ami Forum?
<https://www.hairlosstalk.com/interact/threads/my-zix-experience-how-b6-and-zinc-have-saved-my-hair.101629/>

Ich verstehe die Erfahrungen dort so, dass es einige gibt, die mit Zix es zumindest geschafft haben den Status zu halten

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [dark23](#) on Tue, 01 Feb 2022 22:22:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wären 0,15% nicht sehr wenig (100ml = 0,15ml)?
Ich stelle nur deswegen die Frage, weil dies im Vergleich zur "Zix"-Mischung relativ wenig ist!

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Haircules](#) on Fri, 04 Feb 2022 20:55:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yssorok schrieb am Fri, 26 November 2021 18:41 Hallo,
hab mir jetzt diese Mischung gemacht wie hier mal vorgeschlagen

10 ml PG
10 ml Alkohol (96%)
80 ml Wasser
650mg Arginin
900 mg Zinc-Gluconate
0,6g Milchsäure 80%

Wie oft am Tag und wieviel soll man auftragen?

Danke,

LG Yssorok

Wenn ich die Konzentration mit dem Faktor x erhöhen möchte, ist folgender Ansatz in der

Näherung richtig?
10 ml PG
10 ml Alkohol (96%)
80 ml Wasser
X * 650mg Arginin
X * 900 mg Zinc-Gluconate
X * 0,6g Milchsäure 80%

Bitte um freundliche, kurze Rückmeldung

Danke und Grüße
Hircules

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Fri, 04 Feb 2022 21:18:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ja

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Hircules](#) on Sat, 05 Feb 2022 13:05:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yagel schrieb am Fri, 25 June 2021 21:02Würde das so funktionieren

650mg Arginin
https://www.amazon.de/Arginin-Base-Pulver-500-Gramm/dp/B01N8YQLJP/ref=sr_1_20?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=arginin+base&qid=1624647612&sr=8-20

Eine kleine Menge Milchsäure bis Ph Wert 5,5
https://www.amazon.de/Arauner-Kitzinger-Milchs%C3%A4ure-80-125g/dp/B001AMAR5K/ref=sr_1_5?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=milchs%C3%A4ure+80%25&qid=1624647648&sr=8-5

Dann 900 mg hiervon
https://www.amazon.de/Zink-Kapseln-Zufriedenheitsgarantie-Mangelerscheinungen-Zinkgluconat/dp/B01N9T8KA7/ref=sr_1_7?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&dchild=1&keywords=zink+gluconate&qid=1624630296&sr=8-7

80ml Wasser
10 ml Pentylene Glycol
10ml 96% Alkohol

Hello Yagel,

- a. hast du die Zinc Kapseln genommen, die du verlinkt hattest?
- b. das sind Zinc Bisglycinate, nicht Zinc Gluconate. Macht dies einen Unterschied?
- c. je Kapsel sind dort 90mg Zinc Bisglycinate enthalten. Bedeutet dies, dass du für 900mg Zinc Gluconate einfach 10 Kapseln genommen hast?

Danke und Grüße

Haircules

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Haircules](#) on Sun, 20 Feb 2022 16:04:27 GMT

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

Hello zusammen,

habe eine Zink-Arginin-Lösung gemischt und das ganze dokumentiert, siehe Anhang.
Habe die Links zu den Produkten aus dem Forum zusammengesammelt und in den Anhang kopiert.

Konstruktive Rückmeldungen sind willkommen.

Bei Rückfragen gerne melden.

Auch nehme ich diese Nachricht zum Anlass mich nach dem Stand der anderen User zu erkundigen.

Gibt es Updates?

Beste Grüße

Haircules

File Attachments

1) [20220220_Zink-Arginin Lösung.pdf](#) , downloaded 309 times

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Sun, 20 Feb 2022 16:17:46 GMT

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

reismehl absetzen lassen und nicht wieder aufwirbeln

das problem mit dem reismehl...man weiß nie ob auch zink ausfällt

würde auf kapseln verzichten

eher einen group buy für 250 gramm zink gluconat machen

und viel zu viel versandkosten, wenn man alles und alle einzeln einkauft....

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Haircules](#) on Sun, 20 Feb 2022 16:43:45 GMT

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

pilos schrieb am Sun, 20 February 2022 17:17

reismehl absetzen lassen und nicht wieder aufwirbeln

das problem mit dem reismehl...man weiß nie ob auch zink ausfällt

würde auf kapseln verzichten

eher einen group buy für 250 gramm zink gluconat machen

und viel zu viel versandkosten, wenn man alles und alle einzeln einkauft....

danke für das prompte Feedback.

Ich hatte vorher bereits nach reinem Zink Gluconat gesucht, bin aber erst heute fündig geworden, und zwar hier

Ich mische dann die Tage neu.

MfG

Haircules

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Fliesengott](#) on Sun, 20 Feb 2022 16:52:34 GMT

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

Geht auch zink sulfat?das hab ich noch als pulver hier....

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sun, 20 Feb 2022 16:55:19 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haircules schrieb am Sun, 20 February 2022 18:43
Ich hatte vorher bereits nach reinem Zink Gluconat gesucht, bin aber erst heute fündig geworden, und zwar hier

viel zu teuer

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hair_dream](#) on Sun, 20 Feb 2022 21:46:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haircules schrieb am Sun, 20 February 2022 17:43 pilos schrieb am Sun, 20 February 2022 17:17
reismehl absetzen lassen und nicht wieder aufwirbeln

das problem mit dem reismehl...man weiß nie ob auch zink ausfällt

würde auf kapseln verzichten

eher einen group buy für 250 gramm zink gluconat machen

und viel zu viel versandkosten, wenn man alles und alle einzeln einkauft....

danke für das prompte Feedback.

Ich hatte vorher bereits nach reinem Zink Gluconat gesucht, bin aber erst heute fündig geworden, und zwar hier
Ich mische dann die Tage neu.

MfG
Haircules

Vielen Dank für das klasse Skript, sehr informativ! Interessiert mich sehr. Bitte weiter berichten.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yssorok](#) on Wed, 23 Feb 2022 14:52:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So,

leider hab ich kein gutes "Vorher" Foto --> Schnappschuss aus dem Büro, beim Essen :lol:

Hab gerade versucht mit dem Handy ein ähnliches hin zu bekommen.

Lichteinfall ist direkt von oben, zwei fette Neonröhren.

Haare hab ich jetzt auch kurzer, seitlich 1,8mm, oben 3,5mm...

Aber was man sieht ist, das es hinten oben seitlich dichter geworden ist.

Allerdings kann ich nicht sagen, in wie weit der Status vom 18.11.2021, vom "Minox-absetzen" beeinflusst war - war vorher sicher besser, aber auch nicht so gut wie jetzt.

...und ja ich weiss, ...keine guten Vergleichfotos... :thumbdown:

Werd schauen das ich beim nächsten Mal, falls sich noch was tut, bessere hin bekomme... ;)

LG Yssorok

File Attachments

1) [HA2.jpg](#), downloaded 498 times



Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Yssorok](#) on Wed, 23 Feb 2022 14:58:29 GMT

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

Und sorry, ...das zweite Bild ist natürlich von heute 23.02.2022"2" :nod:

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [hair_dream](#) on Wed, 23 Feb 2022 16:01:34 GMT

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

Yssorok schrieb am Wed, 23 February 2022 15:52So,

leider hab ich kein gutes "Vorher" Foto --> Schnappschuss aus dem Büro, beim Essen :lol:

Hab gerade versucht mit dem Handy ein ähnliches hin zu bekommen.

Lichteinfall ist direkt von oben, zwei fette Neonröhren.

Haare hab ich jetzt auch kurzer, seitlich 1,8mm, oben 3,5mm...

Aber was man sieht ist, das es hinten oben seitlich dichter geworden ist.

Allerdings kann ich nicht sagen, in wie weit der Status vom 18.11.2021, vom "Minox-absetzen" beeinflusst war - war vorher sicher besser, aber auch nicht so gut wie jetzt.

...und ja ich weiss, ...keine guten Vergleichfotos... :thumbdown:

Werd schauen das ich beim nächsten Mal, falls sich noch was tut, bessere hin bekomme... ;)

LG Yssorok

Hallo Yssorok,

Danke für den Zwischenstand. Schaut tatsächlich ein wenig besser aus. Bitte weiter berichten und viel Erfolg weiterhin.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Fliesengott](#) on Wed, 23 Feb 2022 16:13:51 GMT

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

Ist ja der wahnsinn! Die gesamte obere fläche ist ja wieder behaart. Ojay, geheimratsecken, aber vorher war es ja viel schlimmer.

Wie sieht es mit der tonsur aus?

Und welche Mischung hast du genommen? Die aus der pdf datei?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [el huevo](#) on Wed, 23 Feb 2022 16:58:27 GMT

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

Könnte man alternierend mit Zink-Lotion und Minox einen besseren Effekt als nur mit Minox erwarten?
Vielleicht wäre es ein ganzheitlicheres Vorgehen...

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Yssorok](#) on Wed, 23 Feb 2022 17:07:47 GMT

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

Der Wahnsinn wär wenn ich oben wieder die Dichte wie auf den Seiten hätte :lol:

Aber zugegeben, mit der kurzen Haarlänge fällt mein HA nicht mehr so auf, da ja jetzt überall Haarstoppeln sind.

Wenn sie allerdings länger werden, sieht man aber schon noch deutlich den Übergang, eben auch bei der Tonsur, da hier die Dichte am niedrigsten ist.

Und die Geheimratsecken hatte ich schon mit 22, bin jetzt 45 ... da wächst sicher nie mehr was :d

Ich benutz die hier:

10 ml PG
10 ml Alkohol (96%)
80 ml Wasser
650mg Arginin
900 mg Zinc-Gluconate
0,6g Milchsäure 80%

Außerdem schmier ich noch Zinksalbe.

LG Yssorok

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Yssorok](#) on Wed, 23 Feb 2022 18:03:26 GMT

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

el huevo schrieb am Wed, 23 February 2022 17:58 Könnte man alternierend mit Zink-Lotion und Minox

einen besseren Effekt als nur mit Minox erwarten?

Vielleicht wäre es ein ganzheitlicheres Vorgehen...

Ich glaub hier mal gelesen zu haben, dass beides kontraproduktiv ist oder keinen Mehrwert hat?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Fliesengott](#) **on** Wed, 23 Feb 2022 18:52:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Welche zinksalbe denn? Kenne immer nur diese die von der Konsistenz her wie penatencreme sind....

Danke auch für die rezeptur. Ist es richtig, dass da 80%wasser rein muss? Ganz schön viel....aber wenns funktioniert

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) **on** Wed, 23 Feb 2022 19:04:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yssorok schrieb am Sun, 23 January 2022 14:58
Minox hab ich topisch komplett abgesetzt, nur noch oral.

minox oral nicht unterschätzen

wieviel mg/tag?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yssorok](#) **on** Thu, 24 Feb 2022 08:05:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Wed, 23 February 2022 19:52Welche zinksalbe denn? Kenne immer nur diese die von der Konsistenz her wie penatencreme sind....

Danke auch für die rezeptur. Ist es richtig, dass da 80%wasser rein muss? Ganz schön viel....aber wenns funktioniert
Abtei Zink Wundpflege

Die Rezeptur hab ich hier im Threadverlauf gefunden...

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yssorok](#) **on** Thu, 24 Feb 2022 08:10:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Wed, 23 February 2022 20:04Yssorok schrieb am Sun, 23 January 2022 14:58
Minox hab ich topisch komplett abgesetzt, nur noch oral.

minox oral nicht unterschätzen

wieviel mg/tag?

mg/tag kann ich nicht sagen.

Normal morgens und abends ein Tropfen aus der Pipette.

Manchmal wird's aber auch nur einer am Tag und ab und zu (aber eher selten) vergess ich ganz drauf...

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Thu, 24 Feb 2022 08:43:23 GMT

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

Yssorok schrieb am Thu, 24 February 2022 10:10 pilos schrieb am Wed, 23 February 2022

20:04 Yssorok schrieb am Sun, 23 January 2022 14:58

Minox hab ich topisch komplett abgesetzt, nur noch oral.

minox oral nicht unterschätzen

wieviel mg/tag?

mg/tag kann ich nicht sagen.

Normal morgens und abends ein Tropfen aus der Pipette.

Manchmal wird's aber auch nur einer am Tag und ab und zu (aber eher selten) vergess ich ganz drauf...

1 tropfen 5% aus der beigefügten minox-pipette sind ca. 3 mg

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [el huevo](#) on Thu, 24 Feb 2022 10:12:48 GMT

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

Seit wann nimmst du denn ca. 5mg Minox oral?
Deine guten Ergebnisse können sehr wahrscheinlich vom Minox kommen.
5mg sind schon viel für oral...

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Yssorok](#) on Thu, 24 Feb 2022 10:30:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

el huevo schrieb am Thu, 24 February 2022 11:12 Seit wann nimmst du denn ca. 5mg Minox oral?
Deine guten Ergebnisse können sehr wahrscheinlich vom Minox kommen.
5mg sind schon viel für oral...
Hab gerade im Thread "Minoxidil oral - Möglichkeiten der Einnahme" nachgeschaut.

So ca. seit März 2019 dürfte ich es oral nehmen, allerdings noch unregelmässiger als jetzt,
da ich es ja topisch auch noch genutzt habe.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Jackjacky](#) on Mon, 14 Mar 2022 11:22:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hey Leute,
ich habe mir die hier vorgeschlagene Lösung vor ein paar Tagen auch zusammengemischt.
Bereits nach dieser sehr kurzen Zeit kann ich feststellen, dass sie bei mir, genauso wie Fin,
Schlafstörung verursacht. Daraus kann ich schließen, dass die Hemmung der 5a Reduktase
tatsächlich eintritt. Bei Fin hielten die Schlafprobleme 3-4 Tage nach Einnahme oder dem
Auftragen an. Ich werde nun beobachten wie es sich bei der Zink-Arginin Mixtur verhält und
dann eventuell die Frequentierung sowie die Dosierung anpassen.

LG

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [paulpanther](#) on Wed, 16 Mar 2022 14:02:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kann weg-

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Nomadd](#) on Sun, 27 Mar 2022 00:32:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

solinco schrieb am Mon, 26 July 2021 12:17
pilos schrieb am Mon, 26 July 2021 10:13
alles easy
ich mache es, wenn mehr leute dazukommen

:thumbup:
Also auf geht's Leute
Ich warte lieber auf Clascoterone bzw. Pyrilutamide. :p

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Nomadd](#) on Sun, 27 Mar 2022 00:37:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Yssorok schrieb am Wed, 17 November 2021 15:07 Hallo,

weil ich hier grad zufällig diesen Zink Thread lese.

Hatte Wunden auf dem Kopf, die ich wochenlang mit Zinksalbe eingeschmiert habe (Minox hab ich inzwischen nicht benutzt, wende ich schon seit Jahren an)

Kurzzeitig war mein Status besser als wie mit Minox (auch von anderen angesprochen worden)

Jetzt Status wieder wie vor Zink, wenn nicht sogar schlechter, hab auch wieder mit Minox angefangen.

Zufall oder vielleicht doch das Zink - keine Ahnung :lol:

LG Yssorok
Zink schmieren sich die Leute doch auch auf den Anus, damit das Hämorrhoiden-Leiden besser wird. Interessant! 8o

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Nomadd](#) on Sun, 27 Mar 2022 00:42:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gibt es als Salben über Medizinfuchs:

https://www.medizinfuchs.de/?params%5Bsearch%5D=zinksalbe¶ms%5Bsearch_cat%5D=1

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sun, 27 Mar 2022 08:53:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

5HT2 schrieb am Sun, 27 March 2022 02:42 Gibt es als Salben über Medizinfuchs:
https://www.medizinfuchs.de/?params%5Bsearch%5D=zinksalbe¶ms%5Bsearch_cat%5D=1

auch bei aldi lidl norma netto dm rossmann usw...

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Intoleranz1](#) on Thu, 14 Apr 2022 17:09:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@pilos

Kann man ungefähr sagen wieviel Zink aufgenommen wird von Zink sulphate topisch ?

Gibt Leute die behaupten Kupfer Probleme durch Zinkhaltige Sonnencreme bekommen zu haben

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Thu, 14 Apr 2022 17:32:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Intoleranz1 schrieb am Thu, 14 April 2022 20:09@pilos

Kann man ungefähr sagen wieviel Zink aufgenommen wird von Zink sulphate topisch ?

Gibt Leute die behaupten Kupfer Probleme durch Zinkhaltige Sonnencreme bekommen zu haben
ich denke kaum nennenswert

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Intoleranz1](#) on Thu, 14 Apr 2022 18:26:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Thu, 14 April 2022 19:32Intoleranz1 schrieb am Thu, 14 April 2022 20:09@pilos

Kann man ungefähr sagen wieviel Zink aufgenommen wird von Zink sulphate topisch ?

Gibt Leute die behaupten Kupfer Probleme durch Zinkhaltige Sonnencreme bekommen zu haben
ich denke kaum nennenswert

Ok danke

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by pilos **on** Thu, 14 Apr 2022 18:37:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

aber man kann auch, wenn man etwas selber mischt aus 10:1; zink:kupfer mischen

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by Haircules **on** Fri, 15 Apr 2022 06:44:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

anbei ab Folie 8 ein Update von mir nach knapp 2.5 Monaten.

Habe mir größtmögliche Mühe bei den Fotos gegeben
- gleicher Abstand zwischen Kamera und Kopf
- Fotos mit Blitz
- gleiche Haarlänge (direkt nach dem Rasieren ohne Aufsatz)

Habe Fotos genommen die meiner Meinung nach gut vergleichbar sind.

Fazit: Ich erkenne ein bisschen(!) Neuwuchs.

Gerne konstruktiv kommentieren.

Beste Grüße
Haircules

File Attachments

1) [20220415_Zink-ArgininLösung_ZubereitungUndHaarStatus.pdf](#) ,
downloaded 536 times

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by pilos **on** Fri, 15 Apr 2022 07:26:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zumindest nicht wirkungslos

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [valesk](#) on Fri, 15 Apr 2022 10:56:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haircules schrieb am Fri, 15 April 2022 08:44 Hallo zusammen,

anbei ab Folie 8 ein Update von mir nach knapp 2.5 Monaten.

Habe mir größtmögliche Mühe bei den Fotos gegeben

- gleicher Abstand zwischen Kamera und Kopf
- Fotos mit Blitz
- gleiche Haarlänge (direkt nach dem Rasieren ohne Aufsatz)

Habe Fotos genommen die meiner Meinung nach gut vergleichbar sind.

Fazit: Ich erkenne ein bisschen(!) Neuwuchs.

Gerne konstruktiv kommentieren.

Beste Grüße

Haircules

seit wann minox oral ?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Haircules](#) on Fri, 15 Apr 2022 17:42:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe noch nie Minox oral genommen.

Verwende Regaine topisch seit 2010.

Vielleicht verwechselst du mich mit dem anderen Anwender aus dem Forum?!

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Haircules](#) on Thu, 21 Apr 2022 17:00:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo zusammen,

habe jetzt nochmals Fotos gemacht, ca. 6 Tage nach der Rasur.

Nochmals zur Erinnerung:

Treatment startete am 05.02.2022, demnach sind es jetzt 74 Tage = 2,5 Monate

Ich vergleiche hier den 10.03 mit dem 20.04. Dies entspricht einem Abstand von 41 Tagen = 1,4 Monate

Ich sehe keinen signifikanten Unterschied :-/

Gerne konstruktiv kommentieren.

Beste Grüße

Haircules

File Attachments

1) [20220421_Haircules_Haarstatus_6TageNachRasur.pdf](#),

downloaded 263 times

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [hair_dream](#) on Sun, 28 Aug 2022 21:11:10 GMT

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

Nabend, gibt es im Bereich Zink was neues zu berichten?

Ich hab vor damit demnächst zu starten

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Nomadd](#) on Sun, 28 Aug 2022 22:32:00 GMT

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

Ich habe keinerlei Vorteile durch Zink bemerkt... habe es längere Zeit täglich eingenommen.

Praktisch Null Effekt.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [hair_dream](#) on Mon, 29 Aug 2022 07:31:55 GMT

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

5HT2 schrieb am Mon, 29 August 2022 00:32Ich habe keinerlei Vorteile durch Zink bemerkt...
habe es längere Zeit täglich eingenommen. Praktisch Null Effekt.

Ok. Aber danke für die Rückmeldung! Vielleicht probiere ich dann doch eher mal dieses
Kintor

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Haircules](#) on Mon, 29 Aug 2022 14:55:57 GMT

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

Habe auch keine Vorteile sehen können. Habe es 3 Monate lang verwendet und verwende es zZt nicht mehr.

Trage dafür jetzt 0mm und habe es nach vielen Jahren (nun 13Jahre) und Versuchen etwas zurückzugewinnen mehr oder weniger aufgegeben.

Ceterizin, Sandelore, Dermarolling, Minox, Ket, Voltaren usw und nun auch Zink. Davon hat nur Minox 1-2 Jahre lang geholfen.

Und Haarausfall ist beim Mann laut Wikipedia nicht mal als Krankheit anerkannt, trotz des negativen Einflusses auf Psyche.

Alles sehr traurig.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Mon, 29 Aug 2022 15:06:58 GMT

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

5HT2 schrieb am Mon, 29 August 2022 01:32Ich habe keinerlei Vorteile durch Zink bemerkt... habe es längere Zeit täglich eingenommen. Praktisch Null Effekt.

zink topical mit arginin soll aber haare halten...neuwuchs unwahrscheinlich

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 29 Aug 2022 15:29:15 GMT

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

Soll.... ja :?

Ist ja bei vielen Mitteln so.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Mon, 29 Aug 2022 16:54:06 GMT

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

Fliesengott schrieb am Mon, 29 August 2022 18:29Soll.... ja :?

Ist ja bei vielen Mitteln so.

minox bringt auch nicht bei allen etwas...warum sollte es bei anderen wirkstoffen anders sein?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Yssorok](#) on Mon, 29 Aug 2022 17:13:50 GMT

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

Hm,

ich schrieb ja, dass ich wegen Wunden auf der Kopfhaut Zinkcreme benutzte.

Hatte die auch lange, in der Nacht immer wieder unbewusst aufgekratzt, dann den ganzen Tag unterm Cap Zinkcreme (auch in der Nacht, ohne Cap)

Jetzt mit Creme und der Lotion, ist der Status nicht mehr so gut wie nach dem Abheilen der Wunden nur mit Zinkcreme...

Blöde Frage, könnte der bessere Status auch auf die Wunden bzw. der Wundheilung zurück zu führen sein?

Oder ist die Zinkcreme besser durch die Wunden eingezogen?

Minox Oral hab ich schon vor den Wunden und bis jetzt benutzt, sollte die obere Aussage also nicht beeinflussen - oder?

LG Yssorok

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [hair_dream](#) on Wed, 14 Dec 2022 21:17:44 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 19 June 2021 19:16Yagel schrieb am Sat, 19 June 2021 18:09Letztendlich kann man es nur ausprobieren. Ich würde es nicht von vorneherein ablehnen.
genau so ist es

-250 mg arginin base
mit milchsäure 80% (0,2g ?) auf ph 5,5 bringen
-500mg zinc gluconate darin lösen
10% ethanol und 10% pg/pentg

fertig ;)

es geht auch mehr arginin und zink (z.b. alle zahlen verdoppeln) nur die ratio sollte gleich bleiben.

Habe Arginin base und Zinc-Gluconate jeweils in Kapselform in der Apotheke bestellt (Pulver gab's nicht). Kann ich trotzdem wie o.s. vorgehen oder muss ich die Kapseln anders lösen?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by pilos **on** Wed, 14 Dec 2022 21:50:38 GMT

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

hair_dream schrieb am Wed, 14 December 2022 23:17pilos schrieb am Sat, 19 June 2021 19:16Yagel schrieb am Sat, 19 June 2021 18:09Letztendlich kann man es nur ausprobieren. Ich würde es nicht von vorneherein ablehnen.
genau so ist es

-250 mg arginin base
mit milchsäure 80% (0,2g ?) auf ph 5,5 bringen
-500mg zinc gluconate darin lösen
10% ethanol und 10% pg/pentg

fertig ;)

es geht auch mehr arginin und zink (z.b. alle zahlen verdoppeln) nur die ratio sollte gleich bleiben.

Habe Arginin base und Zinc-Gluconate jeweils in Kapselform in der Apotheke bestellt (Pulver gab's nicht). Kann ich trotzdem wie o.s. vorgehen oder muss ich die Kapseln anders lösen?

man stellt die fragen bevor man etwas bestellt, nicht nachdem man was bestellt hat....

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by daniel91 **on** Wed, 14 Dec 2022 21:51:59 GMT

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

pilos schrieb am Mon, 29 August 2022 17:06HT2 schrieb am Mon, 29 August 2022 01:32Ich habe keinerlei Vorteile durch Zink bemerkt... habe es längere Zeit täglich eingenommen.
Praktisch Null Effekt.
zink topical mit arginin soll aber haare halten...neuwuchs unwahrscheinlich
Der individuelle threshold ist doch kaum ermittelbar :x

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by pilos **on** Wed, 14 Dec 2022 21:53:13 GMT

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

daniel91 schrieb am Wed, 14 December 2022 23:51pilos schrieb am Mon, 29 August 2022 17:06HT2 schrieb am Mon, 29 August 2022 01:32Ich habe keinerlei Vorteile durch Zink bemerkt... habe es längere Zeit täglich eingenommen. Praktisch Null Effekt.
zink topical mit arginin soll aber haare halten...neuwuchs unwahrscheinlich

Der individuelle threshold ist doch kaum ermittelbar :x
ist was dran

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hair_dream](#) **on** Wed, 14 Dec 2022 22:10:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Wed, 14 December 2022 22:50hair_dream schrieb am Wed, 14 December 2022 23:17pilos schrieb am Sat, 19 June 2021 19:16Yagel schrieb am Sat, 19 June 2021 18:09Letztendlich kann man es nur ausprobieren. Ich würde es nicht von vorneherein ablehnen.
genau so ist es

-250 mg arginin base
mit milchsäure 80% (0,2g ?) auf ph 5,5 bringen
-500mg zinc gluconate darin lösen
10% ethanol und 10% pg/pentg

fertig ;)

es geht auch mehr arginin und zink (z.b. alle zahlen verdoppeln) nur die ratio sollte gleich bleiben.

Habe Arginin base und Zinc-Gluconate jeweils in Kapselform in der Apotheke bestellt (Pulver gab's nicht). Kann ich trotzdem wie o.s. vorgehen oder muss ich die Kapseln anders lösen?

man stellt die fragen bevor man etwas bestellt, nicht nachdem man was bestellt hat....

Ist es denn möglich die Kapseln jeweils zu lösen?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hair_dream](#) **on** Sat, 17 Dec 2022 20:51:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sat, 19 June 2021 19:16Yagel schrieb am Sat, 19 June 2021 18:09Letztendlich kann man es nur ausprobieren. Ich würde es nicht von vorneherein ablehnen.
genau so ist es

-250 mg arginin base
mit milchsäure 80% (0,2g ?) auf ph 5,5 bringen
-500mg zinc gluconate darin lösen
10% ethanol und 10% pg/pentg

fertig ;)

es geht auch mehr arginin und zink (z.b. alle zahlen verdoppeln) nur die ratio sollte gleich bleiben.

Pilos, ich bräuchte bitte nochmal deine Hilfe zur Mischung. Die Bestellung der Kapseln konnte ich stornieren. Es wird dann Arginin base und Zink Gluconate in Plulverform gekauft.
Verstehst du es richtig, dass bei deiner Aufstellung die Milchsäure den höchsten Anteil an Menge hat? ich frage, weil ich sonst nur Lotionen mit dem Großteil von Alkohol (also Träger) und pg kenne. Die beiden Stoffe sollen ja nur zu 10% dabei sein. Gerne auch ein Beispiel, danke!

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hair_dream](#) on Sat, 17 Dec 2022 20:53:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist eine Kombi mit Minox denkbar?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Haircules](#) on Sat, 17 Dec 2022 22:06:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haircules schrieb am Sun, 20 February 2022 17:04 Hallo zusammen,
habe eine Zink-Arginin-Lösung gemischt und das ganze dokumentiert, siehe Anhang.
Habe die Links zu den Produkten aus dem Forum zusammengesammelt und in den Anhang kopiert.
Konstruktive Rückmeldungen sind willkommen.
Bei Rückfragen gerne melden.

Auch nehme ich diese Nachricht zum Anlass mich nach dem Stand der anderen User zu erkundigen.
Gibt es Updates?

Beste Grüße
Haircules
Hier hatte ich dokumentiert wie ich das ganze gemischt hatte.
Vielleicht hilft dir das weiter!?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 17 Dec 2022 22:19:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hair_dream schrieb am Sat, 17 December 2022 21:53 Ist eine Kombi mit Minox denkbar?
Du kannst Zink und Arginin direkt
ins Minox kippen.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hair_dream](#) **on Sun, 18 Dec 2022 08:29:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)**

Danke Haircules, die Anleitung ist super. Auch wenn du persönlich keinen Erfolg mit der Mischung hattest.

Und Minox werde ich dann da wohl einfach beimixen

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Alex1302](#) **on Sun, 08 Jan 2023 18:54:18 GMT**
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sun, 30 January 2022 17:31 würde sagen 0,15%

ich würde gerne die Zink-Arginin-Mischung mit B6 P5P mischen lassen.
Könntest du mir mitteilen, wie sich die 0,15% B6 P5P auf das Mischverhältnis auswirken?
Meinst du 0,15% ist ausreichend?

10 mg Propylenglycol
10 ml Alkohol (96%)
80 ml Wasser
650 mg Arginin
900 mg Zinc-Gluconate
0,6g Milchsäure 80%

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) **on Sun, 08 Jan 2023 18:57:25 GMT**
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alex1302 schrieb am Sun, 08 January 2023 20:54 pilos schrieb am Sun, 30 January 2022 17:31 würde sagen 0,15%

ich würde gerne die Zink-Arginin-Mischung mit B6 P5P mischen lassen.
Könntest du mir mitteilen, wie sich die 0,15% B6 P5P auf das Mischverhältnis auswirken?

Meinst du 0,15% ist ausreichend?

10 mg Propylenglycol

10 ml Alkohol (96%)

80 ml Wasser

650 mg Arginin

900 mg Zinc-Gluconate

0,6g Milchsäure 80%

0,15% war damals im zix drin

ob das in der mischung stabil ist, müsste man erst analysieren..

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Southcity94](#) on Mon, 09 Jan 2023 15:20:04 GMT

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

Meint ihr die Mischung ist vielversprechender als zb ein Zix nach der Formel wie es im hairloss forum lange diskutiert wude?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [hair_dream](#) on Mon, 09 Jan 2023 19:23:41 GMT

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

Southcity94 schrieb am Mon, 09 January 2023 16:20 Meint ihr die Mischung ist vielversprechender als zb ein Zix nach der Formel wie es im hairloss forum lange diskutiert wude?

Ich trage seit 2 Wochen die von Haircules am 20.02.2022 zusammengefasste (also die hohe 3 fache Menge) Mischung plus ca 0,3 % B6 p-5-p auf. Damit müsste ich alle Stoffe drin haben wie die Amis im Zix. Ein Urteil kann ich noch nicht bilden. Zumindest keine Nw, ist angenehm auf der Kopfhaut.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Southcity94](#) on Mon, 09 Jan 2023 23:05:54 GMT

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

Ah okay, eine Rückmeldung wäre Super sobald du mehr sagen kannst. Ich bin noch einigermaßen zufrieden mit meinem Status und suche eigentlich nur um den Status zu halten. Vor Fin habe ich leider immer noch zu großen Respekt. NW wären es mir nicht wert.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Alex1302](#) on Thu, 02 Feb 2023 16:49:19 GMT

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

Ich habe nach Anwendung des topicals nach wenigen Tagen wieder die gleichen Nebenwirkungen wie unter Finasterid bekommen....
Meint ihr dass das nur vorübergehend ist und ich die Anwendung weiter fortführen soll?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Southcity94](#) on Thu, 02 Feb 2023 17:41:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da wird dir wahrscheinlich kaum jemand einen fachlichen Rat geben können, da es hierzu kaum vergleichbare Fälle gibt... Womit hast du zu kämpfen? Erektionsstörung? Ich sage nicht, dass es nicht vom topical kommt, aber gerade beim Thema Erektion ist die Psyche einfach sehr mächtig. Merke ich selbst bei mir, in einer Beziehung nie Probleme, bei jemand neuem sind Anlaufschwierigkeiten aber keine Seltenheit. Hört man von vielen. Solltest du weiterhin NW haben und es mit Sicherheit auf deine Mischung zurückführen, solltest du wahrscheinlich absetzen. NWs würden natürlich auch für eine mögliche Wirkung des Topicals sprechen. Vielleicht kann jemand wie Pilos dir mehr raten...

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Thu, 02 Feb 2023 17:55:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alex1302 schrieb am Thu, 02 February 2023 18:49 Ich habe nach Anwendung des topicals nach wenigen Tagen wieder die gleichen Nebenwirkungen wie unter Finasterid bekommen....
Meint ihr dass das nur vorübergehend ist und ich die Anwendung weiter fortführen soll?

ausgeschlossen dass es von dem topical

https://www.alopezie.de/fud/index.php/m/486809/#msg_486809

kommt

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Alex1302](#) on Thu, 02 Feb 2023 18:06:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alright!
Dann nehme ich das Topical weiter. Dann sollte die wahrgenommenen NW ja wieder von alleine

weggehen :)

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Southcity94](#) on Sun, 05 Feb 2023 13:58:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie schaut's denn mit denen aus, die noch am Ball sind? Könnt ihr schon was sagen?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [hair_dream](#) on Mon, 06 Feb 2023 20:41:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Southcity94 schrieb am Sun, 05 February 2023 14:58 Wie schaut's denn mit denen aus, die noch am Ball sind? Könnt ihr schon was sagen?

Ich bin weiterhin am Ball. Es ist sehr angenehm auf dem Kopf, Kopfhaut komplett reizungsfrei. Was die Wirkung auf Aga betrifft, kann ich noch kein seriöses Urteil abgeben. Gefühl sehr wenig bis kein Haarausfall, aber optisch meine ich schon eine Verschlechterung im hinteren Bereich festzustellen. Ich bleibe aber erstmal noch dabei.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Mon, 06 Feb 2023 21:53:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

möglicherweise kann es bisschen haare halten....man sollte sich aber kein neuwuchs versprechen... :::

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Southcity94](#) on Mon, 06 Feb 2023 23:11:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hair_dream schrieb am Mon, 06 February 2023 21:41 Southcity94 schrieb am Sun, 05 February 2023 14:58 Wie schaut's denn mit denen aus, die noch am Ball sind? Könnt ihr schon was sagen?

Ich bin weiterhin am Ball. Es ist sehr angenehm auf dem Kopf, Kopfhaut komplett reizungsfrei. Was die Wirkung auf Aga betrifft, kann ich noch kein seriöses Urteil abgeben. Gefühl sehr wenig bis kein Haarausfall, aber optisch meine ich schon eine Verschlechterung im hinteren Bereich festzustellen. Ich bleibe aber erstmal noch dabei.

Weniger Haarausfall wäre doch schon Mal ein Erfolg :thumbup:

Du verwendest die Mischung nach der Anleitung also Gluconat anstelle Sulfat + B6 P5P? Abends 2-3 ml?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [mike.](#) on Thu, 16 Feb 2023 10:28:31 GMT

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

5HT2 schrieb am Mon, 29 August 2022 00:32Ich habe keinerlei Vorteile durch Zink bemerkt...
habe es längere Zeit täglich eingenommen. Praktisch Null Effekt.

Seit gestern bin ich mit tgl 25mg Zink mit an Bord. Zusätzlich zu weiteren anderen NEMS
Fin, dut sind schon länger abgesetzt

Im Sommer werde ich mal in meinen Thread berichten.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 18 Feb 2023 11:56:40 GMT

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

pilos schrieb am Mon, 06 February 2023 22:53
möglicherweise kann es bisschen haare halten....man sollte sich aber kein neuwuchs
versprechen... !:
Fin und andere DHT-Hemmer machen auch keinen Neuwuchs.
Aber das weißt du ja.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Felix7neueraccount](#) on Sat, 18 Feb 2023 13:31:37 GMT

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

mike. schrieb am Thu, 16 February 2023 11:285HT2 schrieb am Mon, 29 August 2022 00:32Ich
habe keinerlei Vorteile durch Zink bemerkt... habe es längere Zeit täglich eingenommen.
Praktisch Null Effekt.
Seit gestern bin ich mit tgl 25mg Zink mit an Bord. Zusätzlich zu weiteren anderen NEMS

Fin, dut sind schon länger abgesetzt

Im Sommer werde ich mal in meinen Thread berichten.

Ich dachte immer das Zink die Wirkung von Fin verschlechtert , also HA verstärkt ?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Icetea](#) on Sat, 18 Feb 2023 14:54:36 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 18 February 2023 12:56pilos schrieb am Mon, 06

February 2023 22:53

möglicherweise kann es bisschen haare halten....man sollte sich aber kein neuwuchs versprechen... :::

Fin und andere DHT-Hemmer machen auch keinen Neuwuchs.

Aber das weißt du ja.

Kann man so pauschal überhaupt nicht sagen

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [mike.](#) on Sat, 18 Feb 2023 17:08:52 GMT

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

Felix7neueraccount schrieb am Sat, 18 February 2023 14:31mike. schrieb am Thu, 16 February 2023 11:285HT2 schrieb am Mon, 29 August 2022 00:32Ich habe keinerlei Vorteile durch Zink bemerkt... habe es längere Zeit täglich eingenommen. Praktisch Null Effekt.

Seit gestern bin ich mit tgl 25mg Zink mit an Bord. Zusätzlich zu weiteren anderen NEMS

Fin, dut sind schon länger abgesetzt

Im Sommer werde ich mal in meinen Thread berichten.

Ich dachte immer das Zink die Wirkung von Fin verschlechtert , also HA verstärkt ?

Wie kommst du darauf?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 18 Feb 2023 18:18:11 GMT

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

Du meinst von minox... ja das geistert rum. Keine Ahnung, wie fundiert die Aussage ist...

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Icetea](#) on Sat, 18 Feb 2023 19:11:12 GMT

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

Felix7neueraccount schrieb am Sat, 18 February 2023 14:31mike. schrieb am Thu, 16 February 2023 11:285HT2 schrieb am Mon, 29 August 2022 00:32Ich habe keinerlei Vorteile durch Zink bemerkt... habe es längere Zeit täglich eingenommen. Praktisch Null Effekt.

Seit gestern bin ich mit tgl 25mg Zink mit an Bord. Zusätzlich zu weiteren anderen NEMS

Fin, dut sind schon länger abgesetzt

Im Sommer werde ich mal in meinen Thread berichten.

Ich dachte immer das Zink die Wirkung von Fin verschlechtert , also HA verstärkt ?

Zink topisch soll dht hemmen, Zink oral in bestimmten Dosen soll T erhöhen ergo eventuell mehr HA...ob Zink oral wirklich mehr HA verursacht oder vernachlässigbar ist keine Ahnung

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [mike.](#) on Sat, 18 Feb 2023 19:28:41 GMT

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

Okay das war gemeint....

In meinem Fall ist das günstig, wenn fT hoch geht. Da shbg hoch ist bzw zu hoch und gT schon zu niedrig, passt das.

Bei manchen wenigen kann das ein Problem sein.. Wenn shbg niedrig ist könnte es schaden...

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [valesk](#) on Sat, 18 Feb 2023 23:11:10 GMT

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

Icetea schrieb am Sat, 18 February 2023 20:11Felix7neueraccount schrieb am Sat, 18 February 2023 14:31mike. schrieb am Thu, 16 February 2023 11:285HT2 schrieb am Mon, 29 August 2022 00:32Ich habe keinerlei Vorteile durch Zink bemerkt... habe es längere Zeit täglich eingenommen. Praktisch Null Effekt.

Seit gestern bin ich mit tgl 25mg Zink mit an Bord. Zusätzlich zu weiteren anderen NEMS

Fin, dut sind schon länger abgesetzt

Im Sommer werde ich mal in meinen Thread berichten.

Ich dachte immer das Zink die Wirkung von Fin verschlechtert , also HA verstärkt ?

Zink topisch soll dht hemmen, Zink oral in bestimmten Dosen soll T erhöhen ergo eventuell mehr HA...ob Zink oral wirklich mehr HA verursacht oder vernachlässigbar ist keine Ahnung
Jain. Testosteron ist von Zink abhängig. Allerdings kann man den Testosteronspiegel nicht über das Körpereigene Sollmaß anheben. Nur wenn ein Zinkmangel vorliegt und somit ein Testosteronmangel kann man mit Zink wieder Testo erhöhen.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [mike.](#) on Thu, 23 Feb 2023 18:22:24 GMT

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

Seit gestern habe ich ziemlich trockene Augen

Es fühlt sich an als sei ich unter Fin und dut gleichzeitig

Subjectiv

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [mike.](#) on Thu, 23 Feb 2023 18:54:21 GMT

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

falls noch nicht gepostet

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3207614/#:~:text=When%20added%20at%20concentrations%20of,completely%20inhibit%20the%20enzyme%20activity>.

90% inhibit.....

with B6

B6 bzw B-Komplex sollte sowieso nicht schaden f. allg gesundheit und ist rel günstig zu haben

ich werde hier weiteresten und im August ein Resumee ziehen

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Thu, 23 Feb 2023 19:12:12 GMT

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

mike. schrieb am Thu, 23 February 2023 20:54

falls noch nicht gepostet

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/3207614/#:~:text=When%20added%20at%20concentrations%20of,completely%20inhibit%20the%20enzyme%20activity>.

90% inhibit.....

with B6

B6 bzw B-Komplex sollte sowieso nicht schaden f. allg gesundheit und ist rel günstig zu haben

ich werde hier weitertesten und im August ein Resumee ziehen

es wurde aber von B6-p5p oft gesprochen

vielleicht mal hinzufügen ;)

https://www.jstage.jst.go.jp/article/antibiotics1968/43/12/43_12_1615/_article

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [mike.](#) on Thu, 23 Feb 2023 19:13:15 GMT

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

ah-übersehen :o - Danke Dir :thumbup:

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [solinco](#) on Tue, 28 Mar 2023 16:46:59 GMT

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

Ich gehe davon aus, dass es sich hier um eine topische Lösung handelt?!

Wäre das denn herstellbar? :roll:

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [xyz](#) on Sun, 07 May 2023 18:50:12 GMT

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

Wie schlimm würden sich denn die Füllstoffe in den Zincgluconat-Tabletten auf die Effektivität des Topicals auswirken? Habe ca. 400 Stück Zink Tabletten schon daheim liegen und würde mir ungerne ein neues Produkt nur für die Herstellung des Topicals zulegen. Sonstige Bestandteile sind schon vorhanden.

Laut Beipackzettel wären neben 378g Zinkgluconat (50mg Zink) noch Microcrystalline Cellulose, Magnesiumsalze der Speisefettsäuren und Maisstärke in unbekannter Konzentration in einer Tablette drin.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Sun, 07 May 2023 20:14:10 GMT

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

xyz schrieb am Sun, 07 May 2023 21:50 Wie schlimm würden sich denn die Füllstoffe in den Zincgluconat-Tabletten auf die Effektivität des Topicals auswirken? Habe ca. 400 Stück Zink Tabletten schon daheim liegen und würde mir ungerne ein neues Produkt nur für die Herstellung des Topicals zulegen. Sonstige Bestandteile sind schon vorhanden.

Laut Beipackzettel wären neben 378g Zinkgluconat (50mg Zink) noch Microcrystalline Cellulose, Magnesiumsalze der Speisefettsäuren und Maisstärke in unbekannter Konzentration in einer Tablette drin.

kannst machen
und alles unlösliches einfach 2 tage absetzen lassen

also 4 tabletten (wegen verluste) platt machen und in 50 ml wasser lösen..
je nach produkt könnte es länger dauern, bis diese vollständig zerfallen...die dinge sind zu steine verpresst worden

es sollte eine milchige suspension entstehen, ohne sofort sinkende brocken

24h immer wieder mal schütteln
2 tage stehen lassen
überstand ohne bodensatz zu verwirbeln entnehmen
bodensatz verwerfen

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 09 May 2023 14:09:36 GMT

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

Ist grundsätzlich dieser Bodensatz von aufgelösten Tabletten eigentlich schlimm,wenn man ihn mit aufträgt? Hab von drn zerfallenen fintabletten im minox immer bodensatz und aus Gewohnheit schüttel ich die fladche meist vor dem Auftrag kurz,so dass ich natürlich auch Bodensatz mit auftrage....

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Tue, 09 May 2023 14:25:14 GMT

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

Fliesengott schrieb am Tue, 09 May 2023 17:09 Ist grundsätzlich dieser Bodensatz von aufgelösten Tabletten eigentlich schlimm,wenn man ihn mit aufträgt?
nein, aber man versaut sich die haare

Zitat:Hab von drn zerfallenen fintabletten im minox immer bodensatz und aus Gewohnheit schüttel ich die fladche meist vor dem Auftrag kurz,so dass ich natürlich auch Bodensatz mit

auftrage....
fin ist auch was anderes...

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Fliesengott](#) on Tue, 09 May 2023 14:36:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was ist bei fin anders? Ist sogar erforderlich, vorher zu schütteln bzw. den bodensatz aufzuwirbeln?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Tue, 09 May 2023 15:55:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Tue, 09 May 2023 17:36 Was ist bei fin anders? Ist sogar erforderlich, vorher zu schütteln bzw. den bodensatz aufzuwirbeln?

es ist viel weniger.

nein, schütteln nicht nicht nötig.
wirkstoff ist ja bereits in lösung gegangen.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Mark2021](#) on Wed, 24 May 2023 13:24:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo in die Runde,

ich wollte den Ansatz, Zink topisch jetzt mal ausprobieren.

Was wäre besser Zinc Ricinocleat oder zinc bisglycinate?

Danke

Update: bisglycinate ist wohl schwer löslich (in anscheinend allem)

Gibt es sonst neue Anwendungserfahrungen? Danke

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [qeiger](#) on Wed, 24 May 2023 15:04:14 GMT

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

Ich habe mir Zinktropfen gekauft

Da muss man nichts auflösen

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Mark2021](#) on Wed, 24 May 2023 15:11:12 GMT

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

Für die topische Anwendung? Welche?

(ich würde noch fragen ob es wirkt, meist bekomme ich auf 2 Fragen nur 1 Antwort...und welche Tropfen ist wichtiger :))

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [qeiger](#) on Wed, 24 May 2023 22:40:08 GMT

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

Zinksulfattropfen von SinoPlaSan. Die schienen am billigsten zu sein

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [xyz](#) on Wed, 31 Jan 2024 20:15:09 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 19 June 2021 19:16Yagel schrieb am Sat, 19 June 2021 18:09Letztendlich kann man es nur ausprobieren. Ich würde es nicht von vorneherein ablehnen.
genau so ist es

-250 mg arginin base
mit milchsäure 80% (0,2g ?) auf ph 5,5 bringen
-500mg zinc gluconate darin lösen
10% ethanol und 10% pg/pentg

fertig ;)

es geht auch mehr arginin und zink (z.b. alle zahlen verdoppeln) nur die ratio sollte gleich bleiben.

Diese Lösung in der vierfachen Konzentration hinterlässt bei mir einen leicht klebrigen Film auf der Kopfhaut und fördert Schuppenbildung, obwohl das Topical an sich wasserklar aussieht und

ich das pentg benutzt habe. PH-Wert passt auch laut dem Indikatorpapier.

Was habe ich da potenziell falsch machen können? Oder ist das Ding mit 1% Ariginin und 1.5% Zink PCA einfach überladen?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Thu, 01 Feb 2024 08:06:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zink pca ist nicht gut
macht hautprobleme,
bewirkt das was es eigentlich bekämpfen sollte,

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 01 Feb 2024 12:04:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nicht im ernst?? Das ist doch in jedem zweiten Anti Pickel Zeug drin. Wie kommt das? Ist das am günstigsten oder warum,?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [pilos](#) on Thu, 01 Feb 2024 12:12:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Fliesengott schrieb am Thu, 01 February 2024 13:04Nicht im ernst?? Das ist doch in jedem zweiten Anti Pickel Zeug drin. Wie kommt das? Ist das am günstigsten oder warum,?
das ist meine erfahrung damit

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid
Posted by [xyz](#) on Thu, 01 Feb 2024 12:54:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was bietet sich denn als Alternative an? Hat schon jemand mit dem Zinkbisglycinat/Zinkchelat Erfahrung gemacht?

@pilos wie schaut es denn mit deinem Angebot für ein Group buy aus? Ich wäre auf jeden

Fall dabei.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Thu, 01 Feb 2024 13:39:38 GMT

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

xyz schrieb am Thu, 01 February 2024 13:54Was bietet sich denn als Alternative an? Hat schon jemand mit dem Zinkbisglycinat/Zinkchelat Erfahrung gemacht?

@pilos wie schaut es denn mit deinem Angebot für ein Group buy aus? Ich wäre auf jeden Fall dabei.

gluconat wie in der studie

wer noch?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 01 Feb 2024 14:20:54 GMT

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

Leider hab ich noch einen 10jahres vorrat zink sulfat.... den benutze ich seit einiger zeit....

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Tomatello](#) on Mon, 24 Feb 2025 15:10:54 GMT

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

Gibt es hier neue Erkenntnisse...?

Bin leider etwas spät dran.

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [Datu](#) on Tue, 25 Feb 2025 02:10:39 GMT

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

Würde mich auch interessieren. Gibt es ein fertiges Produkt zum Kauf?

Subject: Aw: Zink als Alternative zu Finasterid

Posted by [pilos](#) on Tue, 25 Feb 2025 07:39:09 GMT

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

Tomatello schrieb am Mo., 24 Februar 2025 16:10Gibt es hier neue Erkenntnisse...?

Bin leider etwas spät dran.
kann man vergessen
