

---

Subject: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?  
Posted by [Frank1970](#) on Mon, 24 Oct 2022 14:03:57 GMT

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

---

ToHallo

Habe eine neue Theorie, die eine sehr wichtige Frage beantworten könnte, wenn sie sich mit der Praxis deckt.

Daher eine Frage an euch.

Korreliert euer HA Stopp durch Mittel wie Fin und Duta, E2 oder Spiro, mit einem nachlassen des Fettens der Haare?

Wenn ja, würde dadurch alsbald auch die Kopfhaut weicher?

Und Korrelierte auch z. B ein moderater Verlauf mit moderater Fettabsonderung, und ein aggressiver Verlauf mit starker Fettabsonderung?

Gab es auch regional begrenzte Fettabsonderung, z. B nur im GHE Bereich, oder Frontal?

Gruss  
Frank

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [stfn111](#) on Mon, 24 Oct 2022 14:56:59 GMT

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

---

Frank1970 schrieb am Mon, 24 October 2022 16:03ToHallo

Habe eine neue Theorie, die eine sehr wichtige Frage beantworten könnte, wenn sie sich mit der Praxis deckt.

Daher eine F

rage an euch.

Korreliert euer HA Stopp durch Mittel wie Fin und Duta, E2 oder Spiro, mit einem nachlassen des Fettens der Haare?

Wenn ja, würde dadurch alsbald auch die Kopfhaut weicher?

Und Korrelierte auch z. B ein moderater Verlauf mit moderater Fettabsonderung, und ein aggressiver Verlauf mit starker Fettabsonderung?

Gab es auch regional begrenzte Fettabsonderung, z. B nur im GHE Bereich, oder Frontal?

Gruss  
Frank

Also ich habe mit ket nun 10 Jahre nw2 gehalten. Meine tendenz würde wohl "nur" richtung nw3 mit ausgedünnter front gehen, wenn ich meine verwandten anschau.

Ich habe dabei massivst SE und fettige haare. SE eher am hinterkopf, wo keine haare ausgehen. Fettige haare habe ich immer, da fällt mir wenig auf. Aber wenn ich ein paar wochen wenig ket verwende, fängt es am oberkopf an zu "beißen".

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 24 Oct 2022 16:08:54 GMT

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

---

Ich nehme 30 Prozent Minzöl  
seit einigen Wochen.  
Meine kopfhaut ist staubtrocken  
von dem Zeug. :d

Früher war sie immer fettig  
ohne Ende.

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [SCWRG](#) on Mon, 24 Oct 2022 20:32:01 GMT

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

---

Ich hatte früher massiv viele Schuppen (10 Jahre lang), die ich erst im Griff habe, seitdem ich Ket benutze. Und Schuppen hängen ja mit der Sebumproduktion zusammen.  
Seitdem ich Ket nehme ist mein Verlauf stabil (wobei ich das gleichzeitig mit Minoxidil begonnen habe).  
Ein paar Monate lang hatte ich mal als Experiment vor zwei Jahren Ket pausiert und in der Zeit hat der Haarausfall zugenommen und die Haare waren wieder schuppig und fettig.  
Kann man dieses Schuppen- und Fettproblem nicht für ein und alle Mal in den Griff bekommen oder ist man sein Leben lang auf Dinge wie Ket angewiesen?

Auch auf der Stirn und Nase habe ich eine erhöhte Talgproduktion mit großen Poren seit der Jugend.

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Frank1970](#) on Tue, 25 Oct 2022 08:57:51 GMT

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

---

SCWRG schrieb am Mon, 24 October 2022 22:32  
Ich hatte früher massiv viele Schuppen (10 Jahre lang), die ich erst im Griff habe, seitdem ich Ket benutze. Und Schuppen hängen ja mit der Sebumproduktion zusammen.

Seitdem ich Ket nehme ist mein Verlauf stabil (wobei ich das gleichzeitig mit Minoxidil begonnen habe).

Ein paar Monate lang hatte ich mal als Experiment vor zwei Jahren Ket pausiert und in der Zeit hat der Haarausfall zugenommen und die Haare waren wieder schuppig und fettig.

Kann man dieses Schuppen- und Fettproblem nicht für ein und alle Mal in den Griff bekommen oder ist man sein Leben lang auf Dinge wie Ket angewiesen?

Auch auf der Stirn und Nase habe ich eine erhöhte Talgproduktion mit großen Poren seit der Jugend.

Ich verstehe nicht das KET HA stoppen kann.

Zumal es ja wieder ausgespült wird.

Vielleicht existiert ja ein bislang noch nicht bekannter Wirkmechanismus?

Trotzdem wird es ja wieder ausgespült...

Aber egal...

Wenn das doch wirkt, dann würde ich das beibehalten.

Ist ja nur ein Shampoo, und daher einfach in der Anwendung, und dürfte auch nicht so teuer sein.

Oder habt ihr eine Lotion?

Ich untersuchte z. Z eine Theorie.

Ich vermute das die überschüssige Talgproduktion der Kopfhaut, mit der Zerstörung der Unterhaut zusammenhängt.

Aber das ist noch nicht ausgereift.

Meine Schuppen (hatte sogar nachts jucken) sind seit c. A 4 Monaten weg!

Geholfen hat mir 6 gramm chilly pulver, 100 mg Coenzym q 10,und ein halber Esslöffel Zimt tgl.

Das ist alles was ich neu nehme.

Bis auf Zimt wirkt beides mitochondrial aktivierend.

E. V macht Capsaicin, also Chilly den Löwenanteil aus.

Gruss

F

---

---

**Subject:** Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

**Posted by** [stfn111](#) **on** Tue, 25 Oct 2022 09:03:14 GMT

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

---

SCWRG schrieb am Mon, 24 October 2022 22:32Ich hatte früher massiv viele Schuppen (10 Jahre lang), die ich erst im Griff habe, seitdem ich Ket benutze. Und Schuppen hängen ja mit der Sebumproduktion zusammen.

Seitdem ich Ket nehme ist mein Verlauf stabil (wobei ich das gleichzeitig mit Minoxidil begonnen habe).

Ein paar Monate lang hatte ich mal als Experiment vor zwei Jahren Ket pausiert und in der Zeit hat der Haarausfall zugenommen und die Haare waren wieder schuppig und fettig.

Kann man dieses Schuppen- und Fettproblem nicht für ein und alle Mal in den Griff bekommen oder ist man sein Leben lang auf Dinge wie Ket angewiesen?

Auch auf der Stirn und Nase habe ich eine erhöhte Talgproduktion mit großen Poren seit der Jugend.

Indem ich erwachsenenakne habe und das auch recht gängig in meiner verwandtschaft ist: ein ganz klares jaein.

Die T-zone und brust/rücken machen probleme bis ca. an/in die 50er. Irgendwann hört es aber dann doch auch, da auch die hauterneuerung einfluss hat.

---

**Subject:** Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

**Posted by** [Frank1970](#) **on** Tue, 25 Oct 2022 09:34:50 GMT

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

---

stfn111 schrieb am Tue, 25 October 2022 11:03SCWRG schrieb am Mon, 24 October 2022

22:32Ich hatte früher massiv viele Schuppen (10 Jahre lang), die ich erst im Griff habe, seitdem ich Ket benutze. Und Schuppen hängen ja mit der Sebumproduktion zusammen.

Seitdem ich Ket nehme ist mein Verlauf stabil (wobei ich das gleichzeitig mit Minoxidil begonnen habe).

Ein paar Monate lang hatte ich mal als Experiment vor zwei Jahren Ket pausiert und in der Zeit hat der Haarausfall zugenommen und die Haare waren wieder schuppig und fettig.

Kann man dieses Schuppen- und Fettproblem nicht für ein und alle Mal in den Griff bekommen oder ist man sein Leben lang auf Dinge wie Ket angewiesen?

Auch auf der Stirn und Nase habe ich eine erhöhte Talgproduktion mit großen Poren seit der Jugend.

Indem ich erwachsenenakne habe und das auch recht gängig in meiner verwandtschaft ist: ein ganz klares jaein.

Die T-zone und brust/rücken machen probleme bis ca. an/in die 50er. Irgendwann hört es aber dann doch auch, da auch die hauterneuerung einfluss hat.

Brust und Rücken.....

Eigenartig... Das ist nahe dort, wo sich wichtige subkutane Fett Lager befinden.

Danke Fuer den Gedankenstupser...

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [eddygodo](#) on Tue, 25 Oct 2022 11:26:17 GMT

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

---

Ich hatte als Kind schon immer mit Schuppen zu kämpfen, meine das kommt von einer trockenen Kopfhaut. Hab auch immer zu wenig getrunken, bis heute. Benutze schon ewig nur Antischuppen Shampoos davon klappen nur ganz wenige. Meine Haare fetten sehr schnell, vielleicht aber auch weil ich sie jeden Tag wasche. Gesicht fettet auch sehr schnell. Vielleicht ist das ja übermäßige Talgproduktion? Außerdem habe ich viel Ohrenschmalz (ist ja auch übermäßige Talgproduktion), mehr als andere Menschen. Muss alle paar Monate eigentlich zum Arzt und einmal säubern lassen.

Das ganze nur mal als Info für deine Forschung, falls dir das überhaupt hilft. Nehme aber noch kein Fin o.ä.

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [wonderwhy](#) on Tue, 25 Oct 2022 12:11:57 GMT

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

---

[quote title=Frank1970 schrieb am Tue, 25 October 2022 10:57]SCWRG schrieb am Mon, 24 October 2022 22:32

Meine Schuppen (hatte sogar nachts jucken) sind seit c. A 4 Monaten weg!  
Geholfen hat mir 6 gramm chilly pulver, 100 mg Coenzym q 10,und ein halber Esslöffel Zimt tgl.  
Das ist alles was ich neu nehme.  
Bis auf Zimt wirkt beides mitochondrial aktivierend.  
E. V macht Capsaicin, also Chilly den Löwenanteil aus.

Gruss  
F

---

Kannst Du bitte mal verlinken, welche Produkte Du konkret nimmst. Würde das gerne testen, da ich meine Probleme auch nicht in den Griff bekomme. Danke vorab!

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Frank1970](#) on Tue, 25 Oct 2022 12:16:43 GMT

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

---

[quote title=wonderwhy schrieb am Tue, 25 October 2022 14:11]Frank1970 schrieb am Tue, 25 October 2022 10:57SCWRG schrieb am Mon, 24 October 2022 22:32

Meine Schuppen (hatte sogar nachts jucken) sind seit c. A 4 Monaten weg!  
Geholfen hat mir 6 gramm chilly pulver, 100 mg Coenzym q 10,und ein halber Esslöffel Zimt tgl.  
Das ist alles was ich neu nehme.  
Bis auf Zimt wirkt beides mitochondrial aktivierend.  
E. V macht Capsaicin, also Chilly den Löwenanteil aus.

Gruss  
F

Kannst Du bitte mal verlinken, welche Produkte Du konkret nimmst. Würde das gerne testen, da ich meine Probleme auch nicht in den Griff bekomme. Danke vorab!

Aktiv Q10 bio quinon 100 mg von pharma Nord

2 Esslöffel chilli pulver tgl verteilt auf jeweils 1 Löffel morgens u. Abends  
Das gibt es bei jedem besseren China Shop, oder Bio laden

Ceylon Zimt Bio von DM

Dann noch acc akut, und Selen.... Aber das hat die Schuppen nicht weggemacht.

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Frank1970](#) on Tue, 25 Oct 2022 12:20:28 GMT

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

---

eddygodo schrieb am Tue, 25 October 2022 13:26Ich hatte als Kind schon immer mit Schuppen zu kämpfen, meine das kommt von einer trockenen Kopfhaut. Hab auch immer zu wenig getrunken, bis heute. Benutze schon ewig nur Antischuppen Shampoos davon klappen nur ganz wenige. Meine Haare fetten sehr schnell, vielleicht aber auch weil ich sie jeden Tag wasche. Gesicht fettet auch sehr schnell. Vielleicht ist das ja übermäßige Talgproduktion?  
Außerdem habe ich viel Ohrenschmalz (ist ja auch übermäßige Talgproduktion), mehr als andere Menschen. Muss alle paar Monate eigentlich zum Arzt und einmal säubern lassen.

Das ganze nur mal als Info für deine Forschung, falls dir das überhaupt hilft. Nehme aber noch kein Fin o.ä.

Danke eddy

Kann jede Info gebrauchen.

Bin mal gespannt auf User die vor Fett trieften.

Sowas hab ich selbst mal mit 18 erlebt, nach einer Cortisonbehandlung.

Waren dann wohl die NNR

In Folge wurden auch gleich meine Wirbel etwas grosser

---

---

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 25 Oct 2022 12:54:37 GMT

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

---

Bis auf Zimt wirkt beides mitochondrial aktivierend.

Zitat Ende...

Hallo Frank,  
hast du Magnesium Mal getestet?  
Das ist DER Stoff für Mitochondrien  
überhaupt.  
Ohne Magnesium kein ATP.  
Man schätzt, dass 70 Prozent  
der Bevölkerung einen gravierenden  
Mangel haben.

---

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 25 Oct 2022 13:42:54 GMT

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

---

Frank1970 schrieb am Tue, 25 October 2022 10:57  
SCWRG schrieb am Mon, 24 October 2022 22:32  
Ich hatte früher massiv viele Schuppen (10 Jahre lang), die ich erst im Griff habe, seitdem ich Ket benutze. Und Schuppen hängen ja mit der Sebumproduktion zusammen.  
Seitdem ich Ket nehme ist mein Verlauf stabil (wobei ich das gleichzeitig mit Minoxidil begonnen habe).  
Ein paar Monate lang hatte ich mal als Experiment vor zwei Jahren Ket pausiert und in der Zeit hat der Haarausfall zugenommen und die Haare waren wieder schuppig und fettig.  
Kann man dieses Schuppen- und Fettproblem nicht für ein und alle Mal in den Griff bekommen oder ist man sein Leben lang auf Dinge wie Ket angewiesen?

Auch auf der Stirn und Nase habe ich eine erhöhte Talgproduktion mit großen Poren seit der Jugend.

Ich verstehe nicht das KET HA stoppen kann.

Zumal es ja wieder ausgespült wird.

Vielleicht existiert ja ein bislang noch nicht bekannter Wirkmechanismus?

Trotzdem wird es ja wieder ausgespült...

Aber egal...

Wenn das doch wirkt, dann würde ich das beibehalten.

Ist ja nur ein Shampoo, und daher einfach in der Anwendung, und dürfte auch nicht so teuer sein.

Oder habt ihr eine Lotion?

Ich untersuchte z. Z eine Theorie.

Ich vermute das die überschüssige Talgproduktion der Kopfhaut, mit der Zerstörung der Unterhaut zusammenhängt.

Aber das ist noch nicht ausgereift.

Meine Schuppen (hatte sogar nachts jucken) sind seit c. A 4 Monaten weg!

Geholfen hat mir 6 gramm chilly pulver, 100 mg Coenzym q 10,und ein halber Esslöffel Zimt tgl.

Das ist alles was ich neu nehme.

Bis auf Zimt wirkt beides mitochondrial aktivierend.

E. V macht Capsaicin, also Chilly den Löwenanteil aus.

Gruss

F

---

Wie lange hat's gedauert bis die Schuppen und das Jucken weg waren nachdem du das Zeug nahmst? Kannst du mir mehr zur genauen Anwendung schreiben?

Und ist es richtig weg oder halt verbessert?

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [mike](#). on Tue, 25 Oct 2022 17:05:34 GMT

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

---

Mehr SE mehr AGA

Bei normalen fettenden Haaren kann schon AGA auftreten (5ar2)=da hilft ev fin

Bei SE und AGA könnte fin + dut interessant sein

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Theordor](#) on Tue, 25 Oct 2022 18:06:28 GMT

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

---

Muss absolut nicht sein Mike

Hab paar Freunde mit dem Ekzem 0,0 aga

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Frank1970](#) on Tue, 25 Oct 2022 19:38:51 GMT

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

---

Intoleranz1 schrieb am Tue, 25 October 2022 15:42 Frank1970 schrieb am Tue, 25 October 2022 10:57 SCWRG schrieb am Mon, 24 October 2022 22:32 Ich hatte früher massiv viele Schuppen (10 Jahre lang), die ich erst im Griff habe, seitdem ich Ket benutze. Und Schuppen hängen ja mit der Sebumproduktion zusammen.

Seitdem ich Ket nehme ist mein Verlauf stabil (wobei ich das gleichzeitig mit Minoxidil begonnen habe).

Ein paar Monate lang hatte ich mal als Experiment vor zwei Jahren Ket pausiert und in der Zeit hat der Haarausfall zugenommen und die Haare waren wieder schuppig und fettig.

Kann man dieses Schuppen- und Fettproblem nicht für ein und alle Mal in den Griff bekommen oder ist man sein Leben lang auf Dinge wie Ket angewiesen?

Auch auf der Stirn und Nase habe ich eine erhöhte Talgproduktion mit großen Poren seit der Jugend.

Ich verstehe nicht das KET HA stoppen kann.

Zumal es ja wieder ausgespült wird.

Vielleicht existiert ja ein bislang noch nicht bekannter Wirkmechanismus?

Trotzdem wird es ja wieder ausgespült...

Aber egal...

Wenn das doch wirkt, dann würde ich das beibehalten.

Ist ja nur ein Shampoo, und daher einfach in der Anwendung, und dürfte auch nicht so teuer sein.

Oder habt ihr eine Lotion?

Ich untersuchte z. Z eine Theorie.

Ich vermute das die überschüssige Talgproduktion der Kopfhaut, mit der Zerstörung der Unterhaut zusammenhängt.

Aber das ist noch nicht ausgereift.

Meine Schuppen (hatte sogar nachts jucken) sind seit c. A 4 Monaten weg!

Geholfen hat mir 6 gramm chilly pulver, 100 mg Coenzym q 10, und ein halber Esslöffel Zimt tgl.

Das ist alles was ich neu nehme.

Bis auf Zimt wirkt beides mitochondrial aktivierend.

E. V macht Capsaicin, also Chilly den Löwenanteil aus.

Gruss

F

Wie lange hat's gedauert bis die Schuppen und das Jucken weg waren nachdem du das Zeug nahmst? Kannst du mir mehr zur genauen Anwendung schreiben?

Und ist es richtig weg oder halt verbessert?

Nicht besser, sondern Weg!

Definitiv ganz weg.

Nach c. A 3 Wochen war das Weg

Nehme morgens einen Esloeffel Chilli.

Abends auch.

Mittags die conzym q 10 Kapsel.

Tja und ein halben Esloeffel Zimt tgl.... Aber daran liegt es nicht.

Fuer Chilli, bzw Capsaicin ist die Wirkung auf SE usw belegt.

Ich denke das der Löwenanteil da zu suchen ist

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 25 Oct 2022 21:21:19 GMT

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

---

Frank1970 schrieb am Tue, 25 October 2022 21:38Intoleranz1 schrieb am Tue, 25 October 2022 15:42Frank1970 schrieb am Tue, 25 October 2022 10:57SCWRG schrieb am Mon, 24 October

2022 22:32 Ich hatte früher massiv viele Schuppen (10 Jahre lang), die ich erst im Griff habe, seitdem ich Ket benutze. Und Schuppen hängen ja mit der Sebumproduktion zusammen. Seitdem ich Ket nehme ist mein Verlauf stabil (wobei ich das gleichzeitig mit Minoxidil begonnen habe).

Ein paar Monate lang hatte ich mal als Experiment vor zwei Jahren Ket pausiert und in der Zeit hat der Haarausfall zugenommen und die Haare waren wieder schuppig und fettig.

Kann man dieses Schuppen- und Fettproblem nicht für ein und alle Mal in den Griff bekommen oder ist man sein Leben lang auf Dinge wie Ket angewiesen?

Auch auf der Stirn und Nase habe ich eine erhöhte Talgproduktion mit großen Poren seit der Jugend.

Ich verstehe nicht das KET HA stoppen kann.

Zumal es ja wieder ausgespült wird.

Vielleicht existiert ja ein bislang noch nicht bekannter Wirkmechanismus?

Trotzdem wird es ja wieder ausgespült...

Aber egal...

Wenn das doch wirkt, dann würde ich das beibehalten.

Ist ja nur ein Shampoo, und daher einfach in der Anwendung, und dürfte auch nicht so teuer sein.

Oder habt ihr eine Lotion?

Ich untersuchte z. Z eine Theorie.

Ich vermute das die überschüssige Talgproduktion der Kopfhaut, mit der Zerstörung der Unterhaut zusammenhängt.

Aber das ist noch nicht ausgereift.

Meine Schuppen (hatte sogar nachts jucken) sind seit c. A 4 Monaten weg!

Geholfen hat mir 6 gramm chilly pulver, 100 mg Coenzym q 10,und ein halber Esslöffel Zimt tgl.

Das ist alles was ich neu nehme.

Bis auf Zimt wirkt beides mitochondrial aktivierend.

E. V macht Capsaicin, also Chilly den Löwenanteil aus.

Gruss

F

Wie lange hat's gedauert bis die Schuppen und das Jucken weg waren nachdem du das Zeug nahmst? Kannst du mir mehr zur genauen Anwendung schreiben?

Und ist es richtig weg oder halt verbessert?

Nicht besser, sondern Weg!

Definitiv ganz weg.

Nach c. A 3 Wochen war das Weg

Nehme morgens einen Esloeffel Chilli.

Abends auch.

Mittags die conzym q 10 Kapsel.

Tja und ein halben Esloeffel Zimt tgl.... Aber daran liegt es nicht.

Fuer Chilli, bzw Capsaicin ist die Wirkung auf SE usw belegt.

Ich denke das der Löwenanteil da zu suchen ist

1) Hast du gar kein brennenden After von dem Zeug? 8o

2) Was für einen Wirkmechanismus vermutest du?

Die Erhöhung des IGF-1? Fast überall steht geschrieben,  
dass IGF-1 eher SE und Akne triggert.

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Intoleranz1](#) on Tue, 25 Oct 2022 23:59:17 GMT

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

---

Frank1970 schrieb am Tue, 25 October 2022 21:38  
Intoleranz1 schrieb am Tue, 25 October 2022 15:42  
Frank1970 schrieb am Tue, 25 October 2022 10:57  
SCWRG schrieb am Mon, 24 October 2022 22:32  
Ich hatte früher massiv viele Schuppen (10 Jahre lang), die ich erst im Griff habe, seitdem ich Ket benutze. Und Schuppen hängen ja mit der Sebumproduktion zusammen. Seitdem ich Ket nehme ist mein Verlauf stabil (wobei ich das gleichzeitig mit Minoxidil begonnen habe).

Ein paar Monate lang hatte ich mal als Experiment vor zwei Jahren Ket pausiert und in der Zeit hat der Haarausfall zugenommen und die Haare waren wieder schuppig und fettig.

Kann man dieses Schuppen- und Fettproblem nicht für ein und alle Mal in den Griff bekommen oder ist man sein Leben lang auf Dinge wie Ket angewiesen?

Auch auf der Stirn und Nase habe ich eine erhöhte Talgproduktion mit großen Poren seit der Jugend.

Ich verstehe nicht das KET HA stoppen kann.

Zumal es ja wieder ausgespült wird.

Vielleicht existiert ja ein bislang noch nicht bekannter Wirkmechanismus?

Trotzdem wird es ja wieder ausgespült...

Aber egal...

Wenn das doch wirkt, dann würde ich das beibehalten.

Ist ja nur ein Shampoo, und daher einfach in der Anwendung, und dürfte auch nicht so teuer sein.

Oder habt ihr eine Lotion?

Ich untersuchte z. Z eine Theorie.

Ich vermute das die überschüssige Talgproduktion der Kopfhaut, mit der Zerstörung der Unterhaut zusammenhängt.

Aber das ist noch nicht ausgereift.

Meine Schuppen (hatte sogar nachts jucken) sind seit c. A 4 Monaten weg!

Geholfen hat mir 6 gramm chilly pulver, 100 mg Coenzym q 10,und ein halber Esslöffel Zimt tgl.

Das ist alles was ich neu nehme.

Bis auf Zimt wirkt beides mitochondrial aktivierend.

E. V macht Capsaicin, also Chilly den Löwenanteil aus.

Gruss

F

Wie lange hat's gedauert bis die Schuppen und das Jucken weg waren nachdem du das Zeug nahmst? Kannst du mir mehr zur genauen Anwendung schreiben?

Und ist es richtig weg oder halt verbessert?

Nicht besser, sondern Weg!

Definitiv ganz weg.

Nach c. A 3 Wochen war das Weg

Nehme morgens einen Esloffel Chilli.

Abends auch.

Mittags die conzym q 10 Kapsel.

Tja und ein halben Esloffel Zimt tgl.... Aber daran liegt es nicht.

Fuer Chilli, bzw Capsaicin ist die Wirkung auf SE usw belegt.

Ich denke das der Löwenanteil da zu suchen ist

Ist das nicht verdammt viel chilli? Hat das keine Nebenwirkungen?

Könnte mir vorstellen bei histamin Problemen kann das ganz schön nach hinten losgehen

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [wonderwhy](#) on Wed, 26 Oct 2022 07:18:19 GMT

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

---

Danke Frank, wie nimmst Du denn Chili und Zink ein?

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Frank1970](#) on Wed, 26 Oct 2022 08:07:51 GMT

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

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 25 October 2022 23:21 Frank1970 schrieb am Tue, 25 October 2022 21:38 Intoleranz1 schrieb am Tue, 25 October 2022 15:42 Frank1970 schrieb am Tue, 25 October 2022 10:57 SCWRG schrieb am Mon, 24 October 2022 22:32 Ich hatte früher massiv viele Schuppen (10 Jahre lang), die ich erst im Griff habe, seitdem ich Ket benutze. Und Schuppen hängen ja mit der Sebumproduktion zusammen.

Seitdem ich Ket nehme ist mein Verlauf stabil (wobei ich das gleichzeitig mit Minoxidil begonnen habe).

Ein paar Monate lang hatte ich mal als Experiment vor zwei Jahren Ket pausiert und in der Zeit hat der Haarausfall zugenommen und die Haare waren wieder schuppig und fettig.

Kann man dieses Schuppen- und Fetproblem nicht für ein und alle Mal in den Griff bekommen oder ist man sein Leben lang auf Dinge wie Ket angewiesen?

Auch auf der Stirn und Nase habe ich eine erhöhte Talgproduktion mit großen Poren seit der Jugend.

Ich verstehe nicht das KET HA stoppen kann.

Zumal es ja wieder ausgespült wird.

Vielleicht existiert ja ein bislang noch nicht bekannter Wirkmechanismus?

Trotzdem wird es ja wieder ausgespült...

Aber egal...

Wenn das doch wirkt, dann würde ich das beibehalten.

Ist ja nur ein Shampoo, und daher einfach in der Anwendung, und dürfte auch nicht so teuer sein.

Oder habt ihr eine Lotion?

Ich untersuchte z. Z eine Theorie.

Ich vermute das die überschüssige Talgproduktion der Kopfhaut, mit der Zerstörung der Unterhaut zusammenhängt.

Aber das ist noch nicht ausgereift.

Meine Schuppen (hatte sogar nachts jucken) sind seit c. A 4 Monaten weg!

Geholfen hat mir 6 gramm chilly pulver, 100 mg Coenzym q 10, und ein halber Esslöffel Zimt tgl.

Das ist alles was ich neu nehme.

Bis auf Zimt wirkt beides mitochondrial aktivierend.

E. V macht Capsaicin, also Chilly den Löwenanteil aus.

Gruss

F

Wie lange hat's gedauert bis die Schuppen und das Jucken weg waren nachdem du das Zeug nahmst? Kannst du mir mehr zur genauen Anwendung schreiben?

Und ist es richtig weg oder halt verbessert?  
Nicht besser, sondern Weg!  
Definitiv ganz weg.

Nach c. A 3 Wochen war das Weg

Nehme morgens einen Esloeffel Chilli.  
Abends auch.  
Mittags die conzym q 10 Kapsel.  
Tja und ein halben Esloeffel Zimt tgl.... Aber daran liegt es nicht.

Fuer Chilli, bzw Capsaicin ist die Wirkung auf SE usw belegt.  
Ich denke das der Löwenanteil da zu suchen ist

1) Hast du gar kein brennenden After von dem Zeug? 8o

2) Was für einen Wirkmechanismus vermutest du?  
Die Erhöhung des IGF-1? Fast überall steht geschrieben,  
dass IGF-1 eher SE und Akne triggert.

Norwood

Zu SE Und Capsaicin gibt es Studien.  
Ich vermute das es durch das Braeunen des subkutanen Fettes, dieses beruhigt, es mitochondrial aktiver macht, und seine immunfunktion, z. B auch gegen Mikroorganismen stärkt.  
Igf 1 und Insulin Ausschüttung über die Subkutis ist ggf nur ein Resultat der verbesserten subkutanen Aktivität.

Magnesium,das waere eine Idee.  
Allein schon das Spiro koennte mich ermangelt haben.

Intoleranz

Ab und zu mal Blähungen,..., kaum brennen.  
Ich richte mich bz der Dosis nach den Studien zu AGA.

Wonderwhy

Ich hab geschrieben wie...

Zink nehme ich zz gar nicht.

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum

Sekretion?

Posted by [Intoleranz1](#) on Wed, 26 Oct 2022 09:48:39 GMT

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

---

Hab nur mal kurz gegoogelt und finde nur negatives zu Chili und Ekzem oder Chili und histamin Problemen

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Frank1970](#) on Wed, 26 Oct 2022 10:53:07 GMT

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

---

Intoleranz1 schrieb am Wed, 26 October 2022 11:48Hab nur mal kurz gegoogelt und finde nur negatives zu Chili und Ekzem oder Chili und histamin Problemen

Dann findest du die falschen Seiten.

Especially, its use as an anti-inflammatory compound in psoriasis, brachioradial pruritus, aquagenic pruritus, notalgia paresthetica, nodular prurigo, and pruritus produced in patients on hemodialysis is worth mentioning [20]. Capsaicin is now available as a prescribed  
<https://www.karger.com/Article/FullText/512196>

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0190962286702016>

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/9291295/>

Paradoxe Reaktionen mag es immer mal geben.

Aber was soll s... Ausprobieren

Bei mir ging das ja auch gut

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [wonderwhy](#) on Wed, 26 Oct 2022 11:24:02 GMT

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

---

Frank, ggf. Habe ich es tatsächlich überlesen. hatte gelesen 2x Löffel Chili, aber pur oder in Joghurt?

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 26 Oct 2022 11:34:58 GMT

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

---

Capsaicin wirkt auch anti-fibrotisch.

Es gibt gefühlt ein ganzes dutzend Studien darüber.

---

---

Subject: Aw: Korreliert ein Stopp des Haarausfall mit nachlassender Sebum Sekretion?

Posted by [Theordor](#) on Wed, 26 Oct 2022 12:13:19 GMT

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

---

Ganz ganz komisch seit dem ich jeden Tag net nehme nie mehr Schuppen gehabt aber an genau dieser Stelle an beiden Seiten bekomm ich ja und zu so Ekzem stellen

File Attachments

1) [F84A5549-9946-4943-9CF8-226D511C1BFF.jpeg](#), downloaded 215 times

