

---

Subject: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [IchBinAmEnde](#) on Thu, 05 Sep 2024 09:06:08 GMT

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

---

Moin , bin mittlerweile 27 , in 2 Monaten 28 und merke wie schnell die Zeit vergeht.

Da wir alle ja ein wenig eitel sind was die Haare angeht, dachte ich mir das dieses Topic hier vielleicht gut reinpassen würde.

Graue Haare kommen , Haarausfall hab ich eh schon seit 16.

Langsam denke ich mir was kommt noch? In 26 Monaten biste 30 und dann wars das.

Vielleicht geht's hier jemandem genauso?

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [pilos](#) on Thu, 05 Sep 2024 10:26:17 GMT

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

---

kein drama

alle anderen altern auch mit

;)

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 05 Sep 2024 13:16:01 GMT

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

---

Ich arbeite bereits mit Hochdruck  
an der Behebung des Problems!

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 13:17:49 GMT

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

---

Hallo,  
Gewisse Sachen kannste nicht Ändern.

Wenne spätestens in mein Alter bist.. kommen ggf. noch mehr Sachen dazu.

Haare die aus den Ohren und Nase raus wachsen.. habe meine zum glück restlos entfernt.

Falten.. Aber da kannste Präventiv gegen was machen

1. Tretonoin vom Arzt hollen (ist das nunplus ultra)
2. Sport treiben
3. Rauchen/Alkohol konsum aufhören
4. Stress/Psychische Probleme vrmeiden
5. Supplements Omega 3 /K2/D3/Collagen/Hyoloron/Reservatrol /Vitamin C /B3 /B Complex /Vitamin E usw.
6. Gesunde Ernährung auf Koffein möglichst verzichten und Fertiggessen/Fastfood.
7. Intervalfasten.
8. Hautpflege
9. SonnenSchutz

Meine..selbst damit altert deine Haut etwas.. aber kannst trotzdem es hinauszögern.

Gibt welche die mit 50-60 noch aussehen wie 30 bzw. das machen.

Aber Graue haare gehören zm leben dabei..sowie gab hier Letztens nen post ,das man graue haare rückgängig machen kann.

Bin aber ehrlich gesagt nen mensch.. würde wenn ich graue haare habe, meine Haare komplett grau färben. Dann habe ich ruhe.

Aber wie gesagt.. in 10 Jahren ca.. wirste es merken das du noch älter wirst.

Langsamerer Stoffwechsel.. Dünner Haut..Merkst das die leistung abnimmt..

Kannst gewisse Sachen machen dagegen.. ums auszubremse.. bzw. noch etwas länger \*jünger auszusehen\*..aber irgendwann wirste auch alt sein.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 13:31:15 GMT

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

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 05 September 2024 15:16Ich arbeite bereits mit Hochdruck

an der Behebung des Problems!

Hab da mehr Vertrauen in Dr Sinclair .

Der hat nen Aktiven weg gefunden..es teils rückgängig zu machen.

Selbst Bryan Johnson..mit seinen Ärzten die der hat und den ganzen Geräten /therapien usw.

Der hat seine Lunge zurück gealtet. Der hat ne Lunge wie nen 18 Jähriger.

Aber ich beneide den nicht..was der täglich alles macht.. wäre mir 50% zuviel des guten.

Ich nehme NEMS , Mach 3-4 x Sport die Woche, Verzichte auf fertiggessen /wurst /zucker/milchprodukte/saucen/auf Kaffee (überwiegend fleisch) , mach intervalfasten , Sowie hautpflege routine.

Aber da hörts bei mir auf.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 13:39:00 GMT

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

---

Sweety1988 schrieb am Do., 05 September 2024 15:31Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 05 September 2024 15:16Ich arbeite bereits mit Hochdruck an der Behebung des Problems!  
Hab da mehr Vertrauen in Dr Sinclair .

Der hat nen Aktiven weg gefunden..es teils rückgängig zu machen.

Selbst Bryan Johnson..mit seinen Ärzten die der hat und den ganzen Geräten /therapien usw.

Der hat seine Lunge zurück gealtet. Der hat ne Lunge wie nen 18 Jähriger.

Aber ich beneide den nicht..was der täglich alles macht.. wäre mir 50% zuviel des guten.

Ich nehme NEMS , Mach 3-4 x Sport die Woche, Verzichte auf fertiggessen /wurst /zucker/milchprodukte/saucen/auf Kaffee (überwiegend fleisch) , mach intervalfasten , Sowie hautpflege routine.

Aber da hörts bei mir auf.

Ich merks selbst..trotz das ich falten habe..

Das es mir besser geht.

Hab vorher keine NEMS genommen..kein sport getrieben..kein intervalfaten gemacht , sowie auch relativ ungesund gegessen.

PS: Probiere momentan um meine falten weg zu kriegen tretinin +Dermaroller + Rotlicht therapie (hab mir was gekauft für 100 euro).

..Bis Tretinin ergebnisse zeigen kann dauerts durchaus 2 Monate -6 monate.

Dermaroller kann auch mehrere Monate dauern

und Rotlicht theraie auch..

Sollte theoretisch Januar.. ergebnisse sehen.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [pilos](#) on Thu, 05 Sep 2024 13:50:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

alles eher +6 monate bis man was wirklich sieht

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 13:52:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Do., 05 September 2024 15:50

alles eher +6 monate bis man was wirklich sieht

auf die 2-3 Monate mehr kommts auch nicht drauf an.

Mit Rotlicht mach ich das 4x Pro Woche.

Dermaroling mit 1 mm Halt 1x alle 1 1/2 wochen

und Tretonin jeden Abend.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 05 Sep 2024 14:26:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bryan Johnson sieht nur  
geringfügig jünger aus als er ist.  
So jemand kann man doch nicht als  
Vorbild ansehen.  
Vor allem im Hinblick darauf

wie viel Geld er aus dem Fenster wirft.  
Andere haben noch nie für anti aging  
irgendwas getan und sehen  
jünger aus als er.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [angelica](#) on Thu, 05 Sep 2024 15:00:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich finde auch, mit 28 ist man schon alt und verbraucht.

Es ist absolut gruselig, denn ich bin schon mehr als doppelt so alt und wage mich kaum mehr auf die Strasse zu gehen.

Ich frage mich ernsthaft , ' :lol: '); weshalb ich nicht längst die Notbremse gezogen habe.  
, ' :pistol: ');

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [IchBinAmEnde](#) on Thu, 05 Sep 2024 15:02:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 05 September 2024 16:26 Bryan Johnson sieht nur geringfügig jünger aus als er ist.

So jemand kann man doch nicht als Vorbild ansehen.

Vor allem im Hinblick darauf wie viel Geld er aus dem Fenster wirft.  
Andere haben noch nie für anti aging irgendwas getan und sehen jünger aus als er.

Da geb ich dir recht.  
Sieht seinem Alter entsprechend aus.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 05 Sep 2024 16:48:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Warum ausgerechnet Sport empfohlen wird, ist mir ein Rätsel.

Bei Anti aging geht es auch darum den Organismus auf Energiesparmodus zu halten.

---

Es hat schon seinen Grund,  
warum langsam lebende Tiere  
mit niedrigem Stoffwechsel so lange leben.  
Wie zum Beispiel Schildkröten.

Testosteron ist auch ein großer  
Energiefresser.  
Deswegen leben Frauen und Eunuchen  
durchschnittlich 15 Jahre länger  
als normale Männer.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 16:50:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

<https://www.youtube.com/watch?v=y3uNI3j5c3k>

Ich find der Sieht Jünger aus als er ist.

Er ist 47 Jahre Alt.

Aber um da Ehrlich zu sein, die 35-40 Siehste ihn schon an.

Sieht trotzdem etwas Jünger aus ,als er ist

Aber das ist einfach zu Erklären, weil er , er ist vor nen paar Jahren mit den Anti aging zeug angefangen hat.

Chris Gibson zb hat schon mit 25 angefangen. Bzw sieht dementsprechend künnger aus.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 16:53:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 05 September 2024 18:48Warum ausgerechnet Sport empfohlen wird,  
ist mir ein Rätsel.

Bei Anti aging geht es auch darum  
den Organismus auf Energiesparmodus  
zu halten.

Es hat schon seinen Grund,  
warum langsam lebende Tiere  
mit niedrigem Stoffwechsel so lange leben.  
Wie zum Beispiel Schildkröten.

Testosteron ist auch ein großer  
Energiefresser.  
Deswegen leben Frauen und Eunuchen  
durchschnittlich 15 Jahre länger  
als normale Männer.

Weil Sport angeblich Stress abbauen Soll laut Sinclair.  
Sowie wenn wir Schwitzen.. tuen wir unseren Körper im Überlebensmodus rein packen.  
Wenn wir Schwitzen/Frieren/Hungern tut sich unser Körper im Überlebensmodul rein packen  
bzw. anti aging gene frei setzen.

Man sollte auch, laut sinclair keine heizung anmachen, wenn ein kalt ist.

Außerdem ist gewisser Sport gut für die Knochen.

Bzw. unsere Knochen bauen sich im alter ab.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [pilos](#) on Thu, 05 Sep 2024 16:56:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

alternde ausgehungerte fräulein mit gefärbten haaren

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Pfankuchenmeister](#) on Thu, 05 Sep 2024 17:21:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ziemlich schwierig, bin kurz vor der 30 und es ja es nervt....mir gehts dabei nicht mal um das  
jünger aussehen, werde meistens 4-5 Jahre jünger eingeschätzt, aber trotzdem können  
wir nicht vor der Zahl weglaufen. Stellt euch vor ihr unterhaltet euch mit einer 20 Jährigen auf  
der Arbeit und sagt ihr seid 32...sie wird euch mit großen Augen angucken, auch wenn ihr  
optisch ausseht wie 23. Älter werden macht keinen Spaß :-(

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Pfankuchenmeister](#) on Thu, 05 Sep 2024 17:22:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Esse jede Woche Leber für meine reine, glatte Haut :pistol:

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 17:34:43 GMT

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

---

Pfannkuchenmeister schrieb am Do., 05 September 2024 19:21 Ziemlich schwierig, bin kurz vor der 30 und es ja es nervt....mir gehts dabei nicht mal um das jünger aussehen, werde meistens 4-5 Jahre jünger eingeschätzt, aber trotzdem können wir nicht vor der Zahl weglaufen. Stellt euch vor ihr unterhaltet euch mit einer 20 Jährigen auf der Arbeit und sagt ihr seid 32...sie wird euch mit großen Augen angucken, auch wenn ihr optisch ausseht wie 23. Älter werden macht keinen Spaß :-)

Ironischer Weise.. Ich merks jetzt da ich falten bekommen habe mit mitte 35..also am Mund falten..hatte schon am Auge nen paar falten.

Das ich älter werde.

Aber ich merks.. vorallem das ich Älter werde an meinen Eltern/Nachbarn.

Meine Eltern gehen auf die 70 zu. Vor 2 Jahren ca noch hatten die zwar nen paar Graue Haare, nen paar Probleme mit der Gesundheit.

Aber mittlerweile sind die voll Grau bzw. beide elternteile haben nen truthanhals.

Finds nur bei meinen Eltern Komisch, bei der Haut.

Die haben zwar nen Truthahnhs ,sowie mein Dad hat auch falten an den Augen nen paar auch etwas falten anne stirn aber so minimal.

Bzw. meine mutter hat Marionettenfalten und auch anne Oberlippe. Aber im vergleich zu den Meisten , ihren Alter. Sehen beide noch Relativ jung aus. Zumindestens an der Haut. Wenn die kein truthahnhs hätten und nicht voll grau wären könnte man die fast 20 jahre jünger schätzen. Also ca 50.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [TomK](#) on Thu, 05 Sep 2024 17:37:14 GMT

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

---

angelica schrieb am Do., 05 September 2024 17:00 Ich finde auch, mit 28 ist man schon alt und verbraucht.

Es ist absolut gruselig, denn ich bin schon mehr als doppelt so alt und wage mich kaum mehr auf die Strasse zu gehen.

Ich frage mich ernsthaft , ' :lol: '); weshalb ich nicht längst die Notbremse gezogen habe. , ' :pistol: ');

Ehrlich jetzt?

Wegen Falten nicht mehr aus dem Haus gehen?

Älter werden gehört dazu und das es so ins extreme gegangen ist wie zur heutigen Zeit verdanken wir nur den ganzen Medien, Internet usw wo jeden Tag über den kompletten Schönheitswahn berichtet wird und jemand wegen jeder Kleinigkeit kritisiert wird.

Das gab es vor Internetzeiten überhaupt nicht und Menschen lebten wie sie sind und waren auch glücklich damit.

Jemanden wegen Altern zu kritisieren gabs fast garnicht.

Heute gehts nur mehr um das wer am schönsten ist.

Lächerliche Zeit!! :lol:

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 05 Sep 2024 17:54:02 GMT

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

---

Pfannkuchenmeister schrieb am Do., 05 September 2024 19:21 Ziemlich schwierig, bin kurz vor der 30 und es ja es nervt....mir gehts dabei nicht mal um das jünger aussehen, werde meistens 4-5 Jahre jünger eingeschätzt, aber trotzdem können wir nicht vor der Zahl weglaufen. Stellt euch vor ihr unterhaltet euch mit einer 20 Jährigen auf der Arbeit und sagt ihr seid 32...sie wird euch mit großen Augen angucken, auch wenn ihr optisch ausseht wie 23. Älter werden macht keinen Spaß :-(

Ich denke nicht.

Gerade Frauen stehen auf ältere Männer.

Nicht nur kalendarisch.

Sie mögen auch graue Haare und Falten.

Gab doch irgendwo Mal ne Umfrage

ob die Frauen eher George Clooney oder einen hübschen Teenie bevorzugen.

Und fast alle stimmten für den

alten, grauen, faltigen George Clooney!

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [markd](#) on Thu, 05 Sep 2024 17:59:54 GMT

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

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 05 September 2024 16:26 Bryan Johnson sieht nur geringfügig jünger aus als er ist.

Ich finde er sieht in seinem letzten Video deutlich gesünder aus als die Jahre zuvor. Hat auch wieder ein bisschen im Gesicht zugelegt.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 18:01:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 05 September 2024 19:54 Pfannkuchenmeister schrieb am Do., 05 September 2024 19:21 Ziemlich schwierig, bin kurz vor der 30 und es ja es nervt....mir gehts dabei nicht mal um das jünger aussehen, werde meistens 4-5 Jahre jünger eingeschätzt, aber trotzdem können wir nicht vor der Zahl weglaufen. Stellt euch vor ihr unterhaltet euch mit einer 20 Jährigen auf der Arbeit und sagt ihr seid 32...sie wird euch mit großen Augen angucken, auch wenn ihr optisch ausseht wie 23. Älter werden macht keinen Spaß :-)

Ich denke nicht.

Gerade Frauen stehen auf ältere Männer.

Nicht nur kalendarisch.

Sie mögen auch graue Haare und Falten.

Gab doch irgendwo Mal ne Umfrage ob die Frauen eher George Clooney oder einen hübschen Teenie bevorzugen.

Und fast alle stimmten für den alten, grauen, faltigen George Clooney!

Nur bei solchen Umfragen..

Die sind nicht repräsentiv.

Da Clooney Berühmt ist und Stink reich ist. der hat schon seit XX Mio Auffen Konto.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Intoleranz1](#) on Thu, 05 Sep 2024 18:01:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bekommt man tretionin so einfach beim Arzt?

Wie wirkt das Zeug eigentlich?

Und man benutzt es dann nur im Gesicht nehme ich an, auch preislich wahrscheinlich nicht anders möglich?

Was sonst wäre wirklich sinnvoll?

Bin auch bald 40, sehe zum Glück noch aus wie Ende 20, aber sollte auch noch so bleiben wenn möglich.

Was für Rotlicht meint ihr? Habe eine Lampe von mito, die Rotlicht und Infrarot kann. Wie sollte man das anwenden?

Eure Meinung zu GHK cu gegen Altern? Also topisch.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [SCWRG](#) on Thu, 05 Sep 2024 18:07:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mein Hausarzt verschreibt mir Tretinoin Creme für Gesicht und Aknenarben auf dem Rücken.

Cordes VAS 0,5 mg/g

<https://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/cordes-vas-50-g-ichthyol-gesellschaft-cordes-hermann-co.-gmbh-co.-kg-pzn-2137594.html>

5 € Rezeptgebühr, als Selbstzahler wären es 18,73 €.

Man sollte sich zur richtigen Anwendung einlesen.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [IchBinAmEnde](#) on Thu, 05 Sep 2024 18:46:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sweety1988 schrieb am Do., 05 September 2024 19:34 Pfannkuchenmeister schrieb am Do., 05 September 2024 19:21 Ziemlich schwierig, bin kurz vor der 30 und es ja es nervt....mir gehts dabei nicht mal um das jünger aussehen, werde meistens 4-5 Jahre jünger eingeschätzt, aber trotzdem können wir nicht vor der Zahl weglaufen. Stellt euch vor ihr unterhaltet euch mit einer 20 Jährigen auf der Arbeit und sagt ihr seid 32...sie wird euch mit großen Augen angucken, auch wenn ihr optisch ausseht wie 23. Älter werden macht keinen Spaß :-( Ironischer Weise.. Ich merks jetzt da ich falten bekommen habe mit mitte 35..also am Mund falten..hatte schon am Auge nen paar falten.  
Das ich älter werde.

Aber ich merks.. vorallem das ich Älter werde an meinen Eltern/Nachbarn.

Meine Eltern gehen auf die 70 zu. Vor 2 Jahren ca noch hatten die zwar nen paar Graue Haare, nen paar Probleme mit der Gesundheit.

Aber mittlerweile sind die voll Grau bzw. beide elternteile haben nen truthanhals.

Finds nur bei meinen Eltern Komisch, bei der Haut.

Die haben zwar nen Truthahnhal, sowie mein Dad hat auch falten an den Augen nen paar auch etwas falten anne stirn aber so minimal.

Bzw. meine mutter hat Marionettenfalten und auch anne Oberlippe. Aber im vergleich zu den Meisten, ihren Alter. Sehen beide noch Relativ jung aus. Zumindestens an der Haut. Wenn die kein truthahnhal hätten und nicht voll grau wären könnte man die fast 20 jahre jünger schätzen. Also ca 50.

Mach mir keine Angst alter.  
Meine Eltern sind 63 und 56

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Pfannkuchenmeister](#) on Thu, 05 Sep 2024 19:17:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sweety1988 schrieb am Do., 05 September 2024 19:34 Pfannkuchenmeister schrieb am Do., 05 September 2024 19:21 Ziemlich schwierig, bin kurz vor der 30 und es ja es nervt....mir gehts dabei nicht mal um das jünger aussehen, werde meistens 4-5 Jahre jünger eingeschätzt, aber trotzdem können wir nicht vor der Zahl weglaufen. Stellt euch vor ihr unterhaltet euch mit einer 20 Jährigen auf der Arbeit und sagt ihr seid 32...sie wird euch mit großen Augen angucken, auch wenn ihr optisch ausseht wie 23. Älter werden macht keinen Spaß :-( Ironischer Weise.. Ich merks jetzt da ich falten bekommen habe mit mitte 35..also am Mund falten..hatte schon am Auge nen paar falten.  
Das ich älter werde.

Aber ich merks.. vorallem das ich Älter werde an meinen Eltern/Nachbarn.

Meine Eltern gehen auf die 70 zu. Vor 2 Jahren ca noch hatten die zwar nen paar Graue Haare, nen paar Probleme mit der Gesundheit.

Aber mittlerweile sind die voll Grau bzw. beide elternteile haben nen truthanhals.

Finds nur bei meinen Eltern Komisch, bei der Haut.

Die haben zwar nen Truthahnhal, sowie mein Dad hat auch falten an den Augen nen paar auch etwas falten anne stirn aber so minimal.

Bzw. meine mutter hat Marionettenfalten und auch anne Oberlippe. Aber im vergleich zu den Meisten , ihren Alter. Sehen beide noch Relativ jung aus. Zumindestens an der Haut. Wenn die kein truthahnhal hätten und nicht voll grau wären könnte man die fast 20 jahre jünger schätzen. Also ca 50.

Man kann es halt nur schwer aufhalten, würde Kollagen empfehlen, aber das nimmst du ja bereits :-D ich habe damit nicht zu kämpfen, daher bin ich in diesem Bereich nicht so informiert, aber bin der erste, der etwas dagegen tut, wenn er eine Falte oder sogar ein graues Haar sieht?

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Pfannkuchenmeister](#) on Thu, 05 Sep 2024 19:20:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 05 September 2024 19:54 Pfannkuchenmeister schrieb am Do., 05 September 2024 19:21 Ziemlich schwierig, bin kurz vor der 30 und es ja es nervt....mir gehts dabei nicht mal um das jünger aussehen, werde meistens 4-5 Jahre jünger eingeschätzt, aber trotzdem können wir nicht vor der Zahl weglafen. Stellt euch vor ihr unterhaltet euch mit einer 20 Jährigen auf der Arbeit und sagt ihr seid 32...sie wird euch mit großen Augen angucken, auch wenn ihr optisch ausseht wie 23. Älter werden macht keinen Spaß :-(

Ich denke nicht.

Gerade Frauen stehen auf ältere Männer.

Nicht nur kalendarisch.

Sie mögen auch graue Haare und Falten.

Gab doch irgendwo Mal ne Umfrage

ob die Frauen eher George Clooney oder einen hübschen Teenie bevorzugen.

Und fast alle stimmten für den

alten, grauen, faltigen George Clooney!

Wenn es hübscher Teenie oder Clooney ist nehmen sie allein deshalb schon Clooney, weil der hübsche Teenie vermutlich zu jung aussieht und Frauen es nicht mögen, wenn ihr Mann jünger aussieht, als sie selbst :-D

Nach meinen Erfahrungen wollen Frauen Ältere, aber eher im Rahmen von 3-7 Jahren. Klar, wenn man aussieht wie ein Model, hat man bessere Chancen, aber für der 33 Jährige Normalo ist für eine 19/20/21 Jährige ein Opa :-("-(

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 19:22:45 GMT

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

---

Pfannkuchenmeister schrieb am Do., 05 September 2024 21:17 Sweety1988 schrieb am Do., 05 September 2024 19:34 Pfannkuchenmeister schrieb am Do., 05 September 2024 19:21 Ziemlich schwierig, bin kurz vor der 30 und es ja es nervt....mir gehts dabei nicht mal um das jünger aussehen, werde meistens 4-5 Jahre jünger eingeschätzt, aber trotzdem können wir nicht vor der Zahl weglafen. Stellt euch vor ihr unterhaltet euch mit einer 20 Jährigen auf der Arbeit und sagt ihr seid 32...sie wird euch mit großen Augen angucken, auch wenn ihr optisch ausseht wie 23. Älter werden macht keinen Spaß :-(

Ironischer Weise.. Ich merks jetzt da ich falten bekommen habe mit mitte 35..also am Mund falten..hatte schon am Auge nen paar falten.

Das ich älter werde.

Aber ich merks.. vorallem das ich Älter werde an meinen Eltern/Nachbarn.

Meine Eltern gehen auf die 70 zu. Vor 2 Jahren ca noch hatten die zwar nen paar Graue Haare, nen paar Probleme mit der Gesundheit.

Aber mittlerweile sind die voll Grau bzw. beide elternteile haben nen truthanhals.

Finds nur bei meinen Eltern Komisch, bei der Haut.

Die haben zwar nen Truthahnhals ,sowie mein Dad hat auch falten an den Augen nen paar auch etwas falten anne stirn aber so minimal.

Bzw. meine mutter hat Marionettenfalten und auch anne Oberlippe. Aber im vergleich zu den Meisten , ihren Alter. Sehen beide noch Relativ jung aus. Zumindestens an der Haut. Wenn die kein truthahnhals hätten und nicht voll grau wären könnte man die fast 20 jahre jünger schätzen. Also ca 50.

Man kann es halt nur schwer aufhalten, würde Kollagen empfehlen, aber das nimmst du ja bereits :-D ich habe damit nicht zu kämpfen, daher bin ich in diesem Bereich nicht so informiert, aber bin der erste, der etwas dagegen tut, wenn er eine Falte oder sogar ein graues Haar sieht?

Ich würd dir Vorsorglich Empfehlen, geh zum Hautarzt oder Frag bei deinen Hausarzt nach und veruch : Tretnoin zu kriegen.

Kann auch nebenwirkungen haben.

Schmierste dir Abends ne Erbsengröße aufs gesicht , verteilste ganz dünn.

Das tut den Kollagen und elastin abbau bremsen und neues davon bilden.

Aber brauch halt dementsprechend durchaus nen Halbes jahr, bis man ergebnisse sieht.

Gibt noch Möglichkeiten wie Rotlicht LED Masken mti hals oder schirme davon.

Kriegste überall bei Ebay/Amazon teils schon gute für 100-200 Euro.

Sowie mit Sonnenschutzcreme rausgehen ggf. sonnenschutz Schirm/Hut nehmen , bzw uv schutz brille.

Vermeideste auch durch uv hervorgerufene uv schäden.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [HaartzIV](#) on Thu, 05 Sep 2024 19:24:58 GMT

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

---

Der Thread ist leider Beispielhaft für einen Teil unserer Gesellschaft und wahrscheinlich mit ein Grund warum Leute mit ernsthaften Sorgen und psychischen Erkrankungen keinen Threapieplatz mehr bekommen....

Bei manchen bekommt man den Eindruck, sie hätten noch einiges nachzuholen und Torschlusspanik, so wie sie sich am jung bleiben klammern. Dabei geht es den meisten eher um die Optik, als die tatsächliche Gesundheit. Viele hatten wohl noch keine richtigen Probleme im Leben.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 19:33:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

HaartzIV schrieb am Do., 05 September 2024 21:24 Der Thread ist leider Beispielhaft für einen Teil unserer Gesellschaft und wahrscheinlich mit ein Grund warum Leute mit ernsthaften Sorgen und psychischen Erkrankungen keinen Therapieplatz mehr bekommen....

Bei manchen bekommt man den Eindruck, sie hätten noch einiges nachzuholen und Torschlusspanik, so wie sie sich am jung bleiben klammern. Dabei geht es den meisten eher um die Optik, als die tatsächliche Gesundheit. Viele hatten wohl noch keine richtigen Probleme im Leben.

Leuten wie mir gehts nicht um \*Jung zu bleiben\*.

Wie gesagt.. mir sind falten an den AUGen...nen paar an der stirn.. ggf. lachfalten wären mir sowas von Egal. Mir ist auch egal das ich am Hals falten/ringe habe.

Ich bin 35(fast 36): Mir ist das auch egal ob Leute mich auf 36 oder 40 Schätzen.

Also um mein Alter etwa.

Es geht bei mir nur ums persönliche Wohlbefinden.

Sowas wie mal gesagt ne Brille tragen (bzw. ich hasse brillen seit meiner kindheit schon, ist für mich nen no go)

Das ich nen Hörgerät tragen muss irgendwann, wäre mir wieder egal.

Marionettenfalten /Truthahnhal ist nen absolutes no Go, würd ich auch Operieren lassen. Also truthahnhal zumindestens..nur ich denke wenn ich in nen Höheren Alter wäre also ich sag mal 70-80,sowie die haut würde weiter nachgeben.. evtl nicht. Ich weis es nicht.

Graue Haare sind auch egal, würd sogar bei zuvielen grauen haaren, die Haare Grau färben.

Bzw. hatte Psychische Probleme.. die ich keinen Menschen auf diesen Planeten wünsche..

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 05 Sep 2024 19:39:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Nach meinen Erfahrungen wollen Frauen Ältere, aber eher im Rahmen von 3-7 Jahren. Klar, wenn man aussieht wie ein Model, hat man bessere Chancen, aber für der 33 Jährige Normalo ist für eine 19/20/21 Jährige ein Opa :-("-(

Wie kommst du denn auf den Blödsinn?

Würde sogar behaupten, die meisten 20-jährigen Frauen bevorzugen sogar 30-jährige.

Bei den Männern ist es genau umgekehrt.

Die wollen junges Gemüse und bevorzugen  
eher 20-jährige Frauen.

Davon abgesehen, tust du so, als wäre man mit 30 schon  
was weiß ich wie alt...  
die meisten 30-jährigen befinden sich doch in der Blüte  
ihres Lebens und sind nur geringfügig älter als 20-jährige.  
Viele sagen sogar, dass man erst mit 30 ein richtiger Mann sei  
und kein Bubi mehr.

Ich selbst bevorzuge zwar das teenagerhafte Aussehen,  
aber damit stehe ich alleine auf weiter Flur.  
Die meisten Männer wollen eher wie 30 als wie 20 aussehen  
und Frauen mögen etwas reifere Männer.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 05 Sep 2024 19:48:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:<https://www.youtube.com/watch?v=y3uNI3j5c3k>

Ich find der Sieht Jünger aus als er ist.

Er ist 47 Jahre Alt.

Aber um da Ehrlich zu sein, die 35-40 Siehste ihn schon an.

Sieht trotzdem etwas Jünger aus ,als er ist  
Ja tatsächlich! Er sieht jetzt viel jünger aus  
als noch vor 1-2 Jahren.  
Früher hatte er etwas Fältchen im Gesicht,  
die sehe ich jetzt nicht mehr.  
Nur unter seinen Augen wirkt er etwas gealtert.  
Bei Minute 3:51 sieht man es im Video.

Aber warum sieht man ihn an, dass er 35-40 sein soll?  
Er sieht doch jetzt recht jung aus.  
Oder anders gefragt: Was müsste er verändern, um wie 18  
auszusehen?

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 19:54:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Thu, 05 September 2024  
21:48Zitat:<https://www.youtube.com/watch?v=y3uNI3j5c3k>

Ich find der Sieht Jünger aus als er ist.

Er ist 47 Jahre Alt.

Aber um da Ehrlich zu sein, die 35-40 Siehste ihn schon an.

Sieht trotzdem etwas Jünger aus ,als er ist  
Ja tatsächlich! Er sieht jetzt viel jünger aus  
als noch vor 1-2 Jahren.  
Früher hatte er etwas Fältchen im Gesicht,  
die sehe ich jetzt nicht mehr.  
Nur unter seinen Augen wirkt er etwas gealtert.  
Bei Minute 3:51 sieht man es im Video.

Aber warum sieht man ihn an, dass er 35-40 sein soll?  
Er sieht doch jetzt recht jung aus.  
Oder anders gefragt: Was müsste er verändern, um wie 18  
auszusehen?

Guck bei 1:49 mal und halt das Video an.  
Seine Haut ist auch Gealtert, die hat UV schäden. Bzw. am Kinn/wangen bereich siehste das  
auch, sowie augen.

Er lässt falten mit RF NEEDLING Behandeln ,sowie er nimmt auch hyoloron und collagen zeug.

Sowie auch Rotlicht.

Ich denke er müsste ggf. nen Facelift machen..ggf. nen Peeling auch wenns kein Phenol sein  
muss. Mittleres würd wahrscheinlich ausreichen.

Aber.. In seiner Situation, würd ich trotzdem kein facelift machen um Jünger auszusehen.

Ich meine es ist OK, wie es ist.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [IchBinAmEnde](#) on Thu, 05 Sep 2024 19:58:39 GMT

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

---

Also was ich mache :

0.05% Tretinoin

Mehrmals am Tag Nivea Soft

Sunscreen

Und die Sonne meiden.

Kann man mehr machen um das Gesicht „jung“ zu halten?

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 20:11:30 GMT

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

---

IchBinAmEnde schrieb am Thu, 05 September 2024 21:58Also was ich mache :

0.05% Tretinoin

Mehrmals am Tag Nivea Soft

Sunscreen

Und die Sonne meiden.

Kann man mehr machen um das Gesicht „jung“ zu halten?

Gibt einige Sachen die du machen kannst Allgemein.

1. Sport Treiben
2. Auf deine Ernährung Achten (Fertigessen/Fastfood/Wurst/Rotes fleisch/Fertigprodukte /süßigkeiten/Zuckerkonsum weg lassen)
3. Intervalfasten
4. Google mal : Koreanische Skincare Routine, die haben auch Gute Sachen , besser als die Europäischen bzw. kannst die produkte bei amazon nicht so teuer kaufen
5. Wie gesagt Sonne Meiden , Sonnenschutz tragen
6. WENN DU KANNST , schlaf nicht auffe Seite oder Bauch. Wenn du auf die Seite schläfst holl dir nen Nackenkissen oder nen Kissen fürs Anti aging. Gibt welche die sind Ergonomisch ausgelegt , das du nicht mit den gesicht aufs Kissen schläfst, du förderst so auch falten (Kannste googeln ist wahr).
7. Nichts angebranntes essen , das enthält AGES ..die fördern entzündungen im Körper sowie das altern
8. Nicht zuviel Sitzen/Liegen , lässt ein auch Schneller altern bzw. fällt unter Bewegungsmangel

9. 9 Stunden Schlafen (mindestens) bzw. tu deine Schlafroutine anpassen. Sowie stell dein smartphone aus oder zur Seite , jegliche Lichter aus, die dich stören könnten. Schlaf ist wichtig für die Haut zu regenerieren.

10. Nahrungsergänzungsmittel: Kollagenpulver das Hilft 10-15% für die Haut ,aber du solltest es in Verbindung mit Vitamin C /D3/k2/b3/Omega 3 ggf. Multivitamin /Vitamin E /Vitamin a nehmen. Auch Hyaluron pillen können Helfen , Vitamin B Complex Genau so und mehr.

11. Stress vermeiden

12. Du solltest wenn du Kollagen zu dir nimmst bzw. wichtig Hydrolisiertes Kollagen ,möglichst koffein vermeiden. Koffein vernichtet zwar kein Kollagen. Aber hemmt die produktion bzw. dehydriert

13. 2,5 -3,5 Liter wasser trinken pro Tag

14. Kannst Rotlicht LED masken Kaufen die kosten nicht die Welt

15. Nen Dermapen kaufen da mit 1 mm -1,5 mm 1x alle 1,5 x -2 wochen rüber gehen bzw. nen Serum oder 2 wie Niacinmide / Hyaluronsäure gibt auch Botox Ähnliche Serums, die mans so kaufen kann. Sind halt für Microneedling nur da bzw. nicht so stark wie richtiges botox.

16. Gibt noch die Möglichkeit.. kannst Leichte oder Mitteltiefe Chemische Peelings kaufen oder beim Kosmetiker machen lassen. Nur deine Haut sieht dan für nen paar Wochen , scheisse aus.

Bzw. solltest dir auch für Tagsüber ne Vitamin C Creme Kaufen kriegste für < 5 euro bei DM /Rossmann um deine Haut vor umweltschäden zu Schützen

Das sind so die sachen,die du zuhause selbst machen kannst.,

Nen Tipp meiner Seits noch.

Wenn du nen Smartphone nutzt, mach das Auf Augenschon Modus um Möglich Blaulicht raus zu nehmen.

Sowie nehm dein 2 smartphone mti beinen händen inne hand und hebs an bzw. möglichst im Blickfeld.Das du nicht nach unten guckst oder zuweit. Das nach unten gucken fördert Halsringe bzw. auch nen Truthahnhal.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [IchBinAmEnde](#) on Thu, 05 Sep 2024 20:38:48 GMT

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

---

Sweety1988 schrieb am Do., 05 September 2024 22:11IchBinAmEnde schrieb am Thu, 05 September 2024 21:58Also was ich mache :

0.05% Tretinoin

Mehrmals am Tag Nivea Soft

Sunscreen

Und die Sonne meiden.

Kann man mehr machen um das Gesicht „jung“ zu halten?  
Gibt einige Sachen die du machen kannst Allgemein.

1. Sport Treiben
2. Auf deine Ernährung Achten (Fertigessen/Fastfood/Wurst/Rotes fleisch/Fertigprodukte /süßigkeiten/Zuckerkonsum weg lassen)
3. Intervalfasten
4. Google mal : Koreanische Skincare Routine, die haben auch Gute Sachen , besser als die Europäischen bzw. kannst die produkte bei amazon nicht so teuer kaufen
5. Wie gesagt Sonne Meiden , Sonnenschutz tragen
6. WENN DU KANNST , schlaf nicht auffe Seite oder Bauch. Wenn du auf die Seite schläfst holl dir nen Nackenkissen oder nen Kissen fürs Anti aging. Gibt welche die sind Ergonomisch ausgelegt , das du nicht mit den gesicht aufs Kissen schläfst, du förderst so auch falten (Kannste googeln ist wahr).
7. Nichts angebranntes essen , das enthält AGES ..die fördern entzündungen im Körper sowie das altern
8. Nicht zuviel Sitzen/Liegen , lässt ein auch Schneller altern bzw. fällt unter Bewegungsmangel
9. 9 Stunden Schlafen (mindestens) bzw. tu deine Schlafrountine anpassen. Sowie stell dein smartphone aus oder zur Seite , jegdliche Lichter aus, die dich stören könnten. Schlaf ist wichtig für die Haut zu regenerieren.
10. Nahrungsergänzungsmittel: Kollagenpulver das Hilft 10-15% für die Haut ,aber du solltest es in Verbindung mit Vitamin C /D3/k2/b3/Omega 3 ggf. Multivitamin /Vitamin E /Vitamin a nehmen. Auch Hyoloron pillen können Helfen , Vitamin B Complex Genau so und mehr.
11. Stress vermeiden
12. Du solltest wenn du Kollagen zu dir nimmst bzw. wichtig Hyrdrolisiertes Kollagen ,möglichst koffein vermeiden. Koffein vernichtet zwar kein Kollagen. Aber hemmt die produkton bzw. dehydriert
13. 2,5 -3,5 Liter wasser trinken pro Tag
14. Kannst Rotlicht LED masken Kaufen die kosten nicht die Welt
15. Nen Dermapen kaufen da mit 1 mm -1,5 mm 1x alle 1,5 x -2 wochen rüber gehen bzw. nen Serum oder 2 wie Niacinmide / Hyoloronsäure gibt auch Botox Ähnliche Serums, die mans so kaufen kann. Sind halt für Microneedling nur da bzw. nicht so stark wie richtiges botox.
16. Gibt noch die Möglichkeit.. kannst Leichte oder Mitteltiefe Chemische Peelings kaufen oder beim Kosmetiker machen lassen. Nur deine Haut sieht dan für nen paar Wochen , scheisse aus.

Bzw. solltest dir auch für Tagsüber ne Vitamin C Creme Kaufen kriegste für < 5 euro bei DM /Rossmann um deine Haut vor umweltschäden zu Schützen

Das sind so die sachen,die du zuhause selbst machen kannst.,

Nen Tipp meiner Seits noch.

Wenn du nen Smartphone nutzt, mach das Auf Augenschon Modus um Möglich Blaulicht raus zu nehmen.

Sowie nehm dein 2 smartphone mti beinen händen inne hand und hebs an bzw. möglichst im Blickfeld.Das du nicht nach unten guckst oder zuweit. Das nach unten gucken fördert Halsringe bzw. auch nen Truthahnhals.

Da scheitere ich ja übel beim Punkt 2.

Danke dir

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 20:45:21 GMT

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

---

Kein Problem.

Aber das brauch nur Überwindung und Diziplin.

Hab 2018 nur aus Spaß Vegaris ch gegessen

Ich ess bei meinen Eltern selten fleisch..Aber wirklich selten 1 x alle 2 wochen vlt.

Zuhause hab ich früher viel fertig essen gegessen..auch fleisch auch wurst.

Aber manches vermisste nicht mal mehr.

Ich meine zb ich ess Morgens eh nie was. Brot/wurst und das ganze zeug , kauf ich garnicht.

Mittags halt normal was essen.

Abends ess ich Hafer mit avocado, beeren, 1 ess löffel honig , Chia Samen , Mal Kiwi/Bananen drin und Hafer/Mandeldrink ohne Zucker.

Das reicht.

Sowie kannst auch zwischen drin was Gesund ist. Dir Mandeln/Cashewnüssse/walnüsse kaufen , ist auch nen Superfood.

bzw. Olivenöl Extra Natives aussen Supermarkt ist auch nen anti aging food. Auch wenna sehr teuer ist ca 9 euro für 0,75 liter.

Sowie was mir noch eingefallen ist.

Vermeide Überstarke Gesichts Mimik.. ich sag nicht das du jetzt nicht lachen oder Lächeln solls..aber halts in Grenzen.

Genau das Stirn runzeln.. Fördert auch falten.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Intoleranz1](#) on Thu, 05 Sep 2024 21:15:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wie sollte man Rotlicht anwenden?

Infrarot oder Rotlicht?

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 05 Sep 2024 21:24:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Intoleranz1 schrieb am Do., 05 September 2024 23:15Wie sollte man Rotlicht anwenden?

Infrarot oder Rotlicht?

Infrarot oder LED (Beides geht)

Einfach die Maske oder das teil , je nachdem was du hast. Gibt auch Rotlicht Lampen, die sind deutlich teurer 10-15 Minuten pro Tag auf dein Körper Strahlen lassen und fertig.

Aber 4x Pro woche Sollte reichen. Brauchste nicht jeden tag machen.

Das habe ich mir gekauft bin bisweil super zufrieden habs aber erst seit 1ne Woche :

[https://www.amazon.de/dp/B0C4SK6WKD/?coliid=IRVZJ7YUZ0YSR&colid=3DJ373XY8W3NS&p\\_sc=1&ref\\_=list\\_c\\_wl\\_lv\\_ov\\_lig\\_dp\\_it](https://www.amazon.de/dp/B0C4SK6WKD/?coliid=IRVZJ7YUZ0YSR&colid=3DJ373XY8W3NS&p_sc=1&ref_=list_c_wl_lv_ov_lig_dp_it)

Gibt auch noch Masken :

[https://www.amazon.de/Gesichtslichttherapie-Therapiemaske-Gesichtsmaske-Sch%C3%B6nheitsger%C3%A4t-Gesichtsbehandlung/dp/B0C6TLD9N8/ref=sr\\_1\\_17?\\_\\_mk\\_de\\_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=2NKZM](https://www.amazon.de/Gesichtslichttherapie-Therapiemaske-Gesichtsmaske-Sch%C3%B6nheitsger%C3%A4t-Gesichtsbehandlung/dp/B0C6TLD9N8/ref=sr_1_17?__mk_de_DE=%C3%85M%C3%85%C5%BD%C3%95%C3%91&crd=2NKZM)

MML39T04&dib=eyJ2IjoiMSJ9.-XHUTNNwtGq1JTdA8-Tg70f0tsNhNkXGMfWbFJmEAjllG958KcmXWV99IAjbFwE4m3GAcAv0YP-sJLKJH3BnYrKOXeIE84dzRxLCD40GAjf0CNQF9cU2XZQzOaefWROb35483R9UG-pFfQoJtnlfpfLpH5DkCM0qkfQpcGmqFR

ZtxJpCCYCHTSOGkD22I22uZOUUWC9gv7GsUI5Cgqpgc7aivMpujRiy\_60kcurHgExAncj9dRyQuMCKXh3Wlze8jE36thHXVAqcuUBXscq-sOdQbVAIvfWdHI8msz8EMI.sePc1NwcX5UTS7XYIVAExqKhJ9YftKAzhCi9P\_WkdRc&dib\_tag=se&keyword=s=led+light+masken&qid=1725571286&s=beauty&sprefix=led+light+masken%2Cbeauty%2C128&sr=1-17

Oder wie es Bryan Johnson nutzt sowas (ist aber viel teurer):

[https://www.amazon.de/Bestpool-Rotlicht-Therapieger%C3%A4t-Nah-Infrarot-Lichttherapie-Hochleistung-LED-Rotlicht-Therapie-Lampe-Muskelschmerzlinderung-175W/dp/B0CNR7W5CX?source=ps-sl-shoppingads-lpcon text&ref\\_=fplfs&p\\_sc=1&smid=A1328OWJ9JGNHA](https://www.amazon.de/Bestpool-Rotlicht-Therapieger%C3%A4t-Nah-Infrarot-Lichttherapie-Hochleistung-LED-Rotlicht-Therapie-Lampe-Muskelschmerzlinderung-175W/dp/B0CNR7W5CX?source=ps-sl-shoppingads-lpcon text&ref_=fplfs&p_sc=1&smid=A1328OWJ9JGNHA)

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

IchBinAmEnde schrieb am Do., 05 September 2024 21:58Also was ich mache :

0.05% Tretinoin

Mehrmals am Tag Nivea Soft

Sunscreen

Und die Sonne meiden.

Kann man mehr machen um das Gesicht „jung“ zu halten?

Im Prinzip braucht man fürs Gesicht die

selben Sachen wie auch für die Haare.

Das liegt daran, weil nicht die Haare erkrankt sind,

sondern die Kopfhaut.

Eine gesunde Kopfhaut hat keine AGA!

Was ich empfehle:

Generell, alles was anti-fibrotisch, entzündungshemmend  
und antioxidativ wirkt.

Das sind: Apfelessig, Capsaicin (Cayenne-Pfeffer),

Rizinusöl, NAC, Borretschöl, Fischöl.

Aber auch PABA, L-Carnitin (topisch) und Coenzym Q10.

Alles was gut für die Mitochondrien ist, ist auch gut  
für Haut und Haare.

Was auch interessant sein kann, ist Lavendelöl.

Weil es anti-androgen und pro-östrogen wirkt.

Dadurch wird Kollagen gesenkt und Fett erhöht.

Es wirkt daher anti-fibrotisch.

Jungen vor der Pubertät bekamen Brüste (eine Gyno) davon.

Also muss es stark wirken.

Vitamin C topisch könnte noch interessant sein,

weil es meinem Wissensstand nach das einzige ist,

was die Dermal-Papillen-Schicht wieder aufbaut,

die mit den Jahren abflacht.

Ich empfehle auch eine proteinarme Ernährung,

da sie die selben Vorteile bietet wie eine Kalorienrestriktion,

aber ohne hungern zu müssen.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 05 Sep 2024 22:11:07 GMT

Sweet1988 schrieb am Do., 05 September 2024 21:54Norwood-packt-das-an schrieb am Thu, 05 September 2024 21:48Zitat:<https://www.youtube.com/watch?v=y3uNI3j5c3k>

Ich find der Sieht Jünger aus als er ist.

Er ist 47 Jahre Alt.

Aber um da Ehrlich zu sein, die 35-40 Siehste ihn schon an.

Sieht trotzdem etwas Jünger aus ,als er ist

Ja tatsächlich! Er sieht jetzt viel jünger aus als noch vor 1-2 Jahren.

Früher hatte er etwas Fältchen im Gesicht, die sehe ich jetzt nicht mehr.

Nur unter seinen Augen wirkt er etwas gealtert.

Bei Minute 3:51 sieht man es im Video.

Aber warum sieht man ihn an, dass er 35-40 sein soll?

Er sieht doch jetzt recht jung aus.

Oder anders gefragt: Was müsste er verändern, um wie 18 auszusehen?

Guck bei 1:49 mal und halt das Video an.

Seine Haut ist auch Gealtert, die hat UV schäden. Bzw. am Kinn/wangen bereich siehste das auch, sowie augen.

Er lässt falten mit RF NEEDLING Behandeln ,sowie er nimmt auch hyoloron und collagen zeug.

Sowie auch Rotlicht.

Ich denke er müsste ggf. nen Facelift machen..ggf. nen Peeling auch wenns kein Phenol sein muss. Mittlerees würd wahrscheinlich ausreichen.

Aber.. In seiner Situation, würd ich trotzdem kein facelift machen um Jünger auszusehen.

Ich meine es ist OK, wie es ist.

Sorry, aber ich kann das nur an seinen Augen erkennen.

Für mich ist der Rest sehr schwer zu interpretieren.

Wie 16 würde ich ihn jetzt auch nicht mehr schätzen.

Kann aber außer den Augen nicht sagen warum.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Icetea](#) on Fri, 06 Sep 2024 07:56:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

[https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2\\_4\\_aNna](https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2_4_aNna)

Paar gute tipps

Übrigens zu tretinoin: Achtet darauf dass ihr kein Fettverlust habt wodurch das Gesicht noch eingefallen aussieht. Manche berichten davon und bei isotretinoin ist es auch bekannt. Ist ne seltene nw. Betrifft aber ein paar wenn man auf reddit schaut.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 06 Sep 2024 08:38:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Icetea schrieb am Fr., 06 September 2024  
09:56[https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2\\_4\\_aNna](https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2_4_aNna)

Paar gute tipps

Übrigens zu tretinoin: Achtet darauf dass ihr kein Fettverlust habt wodurch das Gesicht noch eingefallen aussieht. Manche berichten davon und bei isotretinoin ist es auch bekannt. Ist ne seltene nw. Betrifft aber ein paar wenn man auf reddit schaut.  
Der Arzt hat Norwood 7 mit zahlreichen Altersflecken und will uns was von Anti-Aging erzählen.  
Wie kann man so jemanden Glauben schenken?

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [Sweety1988](#) on Fri, 06 Sep 2024 08:49:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

[/quote]  
Sorry, aber ich kann das nur an seinen Augen erkennen.  
Für mich ist der Rest sehr schwer zu interpretieren.  
Wie 16 würde ich ihn jetzt auch nicht mehr schätzen.  
Kann aber außer den Augen nicht sagen warum.[/quote]

Das ist Halt.. manchmal nicht richtig zu Deuten.

Manche Sehen für Ihr Alter Relativ Jung aus. Wie gesagt, selbst mein Vater hat zwar nen Truthahnals (seit ca 2 Jahren), nen paar ringe an den augen. Aber wirklich,wenn er das nicht

hätte. zumindestens den truthanhals würdeste den ca 20 Jahre Jünger schätzen als er ist.

Schon Leute gesehen die mit 50-60 Deutlich älter aussehen von der Haut als mein dad.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [TomK](#) on Fri, 06 Sep 2024 12:14:58 GMT

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

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 10:38|cetea schrieb am Fr., 06 September 2024 09:56[https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2\\_4\\_aNna](https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2_4_aNna)

Paar gute tipps

Übrigens zu tretinoin: Achtet darauf dass ihr kein Fettverlust habt wodurch das Gesicht noch eingefallen aussieht. Manche berichten davon und bei isotretinoin ist es auch bekannt. Ist ne seltene nw. Betrifft aber ein paar wenn man auf reddit schaut.

Der Arzt hat Norwood 7 mit zahlreichen

Altersflecken und will uns was von Anti-Aging erzählen.

Wie kann man so jemanden Glauben schenken?

Lächerlich der ganze Schönheitswahn zur heutigen Zeit.

Sowas gab es früher nicht.

Jetzt muss jeder den anderen übertreffen.

Als Kind oder Jugendlicher wird man sogar ausgelacht, gemobbt usw wenn man nicht so ist wie es einen die Gesellschaft vorschreibt.

Die meisten heutigen Frauen auch eine mehr einen Vogel wie die andere und für nichts zu gebrauchen außer für schön sein und sich in der Öffentlichkeit herzeigen.

Auch Männer immer mehr für nichts merkt man auch bei der Jugend die Arbeitsstellen suchen bzw. eine Lehre anfangen.

Das Gejammer wahn jeden Tag 9 Stunden in der Firma und von Montag-Freitag.

Da hat man ja nichts mehr vom Leben.

Und anpack überhaupt keinen.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [lcetea](#) on Fri, 06 Sep 2024 12:35:03 GMT

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

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 10:38|cetea schrieb am Fr., 06 September 2024 09:56[https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2\\_4\\_aNna](https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2_4_aNna)

Paar gute tipps

Übrigens zu tretinoin: Achtet darauf dass ihr kein Fettverlust habt wodurch das Gesicht noch eingefallen aussieht. Manche berichten davon und bei isotretinoin ist es auch bekannt. Ist ne seltene nw. Betrifft aber ein paar wenn man auf reddit schaut.

Der Arzt hat Norwood 7 mit zahlreichen Altersflecken und will uns was von Anti-Aging erzählen. Wie kann man so jemanden Glauben schenken?

Nicht gleich auf Abwehr schalten  
Vllt hat er es zu spät begonnen?

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 06 Sep 2024 13:28:12 GMT

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

---

TomK schrieb am Fr., 06 September 2024 14:14  
Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 10:38  
cetea schrieb am Fr., 06 September 2024 09:56  
[https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vjiW7ocX2\\_4\\_aNna](https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vjiW7ocX2_4_aNna)

Paar gute tipps

Übrigens zu tretinoin: Achtet darauf dass ihr kein Fettverlust habt wodurch das Gesicht noch eingefallen aussieht. Manche berichten davon und bei isotretinoin ist es auch bekannt. Ist ne seltene nw. Betrifft aber ein paar wenn man auf reddit schaut.

Der Arzt hat Norwood 7 mit zahlreichen Altersflecken und will uns was von Anti-Aging erzählen. Wie kann man so jemanden Glauben schenken?

Lächerlich der ganze Schönheitswahn zur heutigen Zeit.

Sowas gab es früher nicht.

Jetzt muss jeder den anderen übertreffen.

Als Kind oder Jugendlicher wird man sogar ausgelacht, gemobbt usw wenn man nicht so ist wie es einen die Gesellschaft vorschreibt.

Die meisten heutigen Frauen auch eine mehr einen Vogel wie die andere und für nichts zu gebrauchen außer für schön sein und sich in der Öffentlichkeit herzeigen.

Auch Männer immer mehr für nichts merkt man auch bei der Jugend die Arbeitsstellen suchen bzw. eine Lehre anfangen.

Das Gejammer wahn jeden Tag 9 Stunden in der Firma und von Montag-Freitag.

Da hat man ja nichts mehr vom Leben.

Und anpack überhaupt keinen.

Ich sehe es genau umgekehrt.

Früher waren die Leute VIEL eitler als heute!

Schau dir nur mal alte Videos und Fotos von

früher an. Damals haben sich die

Leute bereits schick in Schale geschmissen,

wenn sie nur kurz den Müll raus brachten.

Heute sehe ich in der Stadt 90 Prozent

im Schlabberlook.

Sogar die Süddeutsche Zeitung hat einen Artikel dazu geschrieben, dass den meisten scheinbar völlig egal ist was sie tragen.

Ich sehe das genauso.

Von Schönheitswahn kann also keine Rede sein .

Im Gegenteil.

<https://www.sueddeutsche.de/stil/mode-deutschland-einig-schlabberland-1.4040779>

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [TomK](#) on Fri, 06 Sep 2024 13:56:53 GMT

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

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 15:28TomK schrieb am Fr., 06 September 2024 14:14Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 10:38lcetea schrieb am Fr., 06 September 2024 09:56[https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2\\_4\\_aNna](https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2_4_aNna)

Paar gute tipps

Übrigens zu tretinoin: Achtet darauf dass ihr kein Fettverlust habt wodurch das Gesicht noch eingefallen aussieht. Manche berichten davon und bei isotretinoin ist es auch bekannt. Ist ne seltene nw. Betrifft aber ein paar wenn man auf reddit schaut.

Der Arzt hat Norwood 7 mit zahlreichen

Altersflecken und will uns was von Anti-Aging erzählen.

Wie kann man so jemanden Glauben schenken?

Lächerlich der ganze Schönheitswahn zur heutigen Zeit.

Sowas gab es früher nicht.

Jetzt muss jeder den anderen übertreffen.

Als Kind oder Jugendlicher wird man sogar ausgelacht, gemobbt usw wenn man nicht so ist wie es einen die Gesellschaft vorschreibt.

Die meisten heutigen Frauen auch eine mehr einen Vogel wie die andere und für nichts zu gebrauchen außer für schön sein und sich in der Öffentlichkeit herzeigen.

Auch Männer immer mehr für nichts merkt man auch bei der Jugend die Arbeitsstellen suchen bzw. eine Lehre anfangen.

Das Gejammer wahn jeden Tag 9 Stunden in der Firma und von Montag-Freitag.

Da hat man ja nichts mehr vom Leben.

Und anpack überhaupt keinen.

Ich sehe es genau umgekehrt.

Früher waren die Leute VIEL eitler als heute!

Schau dir nur mal alte Videos und Fotos von

früher an. Damals haben sich die

Leute bereits schick in Schale geschmissen,

wenn sie nur kurz den Müll raus brachten.

Heute sehe ich in der Stadt 90 Prozent

im Schlabberlook.

Sogar die Süddeutsche Zeitung hat einen Artikel dazu geschrieben, dass den meisten scheinbar völlig egal ist was sie tragen.

Ich sehe das genauso.

Von Schönheitswahn kann also keine Rede sein .

Im Gegenteil.

<https://www.sueddeutsche.de/stil/mode-deutschland-einig-schlabberland-1.4040779>

Weil der Schlabberlook modern ist.

Und früher war halt Schick angezogen die Mode.

Das gab es ja schon im 18. Jahrhundert wo sich Leute immer schick angezogen haben.

Aber es gab keine Schönheits Ops, Botox, Lippen aufspritzen, Fitnesswahn wer ist schlanker als der andere.

Und wehe es kommt eine Falte.

Die wird sofort weggemacht egal um welchen Preis.

Heute ist nur mehr sowas wichtig.

Und das ist nun mal außer lächerlich gar nichts!

Und im Endeffekt sieht sowas nicht mal was gleich.

Aufgespritzte Lippen sehen bescheuert aus genau wie die ganzen die voll mit Botox im Gesicht sind.

Gemachte Brüste sehen auch nicht ansatzweise so aus wie echte die prall sind.

Außer Künstlich nichts.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 06 Sep 2024 14:53:38 GMT

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

---

TomK schrieb am Fr., 06 September 2024 15:56Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 15:28TomK schrieb am Fr., 06 September 2024 14:14Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 10:38lcetea schrieb am Fr., 06 September 2024 09:56[https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2\\_4\\_aNna](https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vyiW7ocX2_4_aNna)

Paar gute tipps

Übrigens zu tretinoin: Achtet darauf dass ihr kein Fettverlust habt wodurch das Gesicht noch eingefallen aussieht. Manche berichten davon und bei isotretinoin ist es auch bekannt. Ist ne seltene nw. Betrifft aber ein paar wenn man auf reddit schaut.

Der Arzt hat Norwood 7 mit zahlreichen

Altersflecken und will uns was von Anti-Aging erzählen.

Wie kann man so jemanden Glauben schenken?

Lächerlich der ganze Schönheitswahn zur heutigen Zeit.

Sowas gab es früher nicht.

Jetzt muss jeder den anderen übertreffen.

Als Kind oder Jugendlicher wird man sogar ausgelacht, gemobbt usw wenn man nicht so ist wie

es einen die Gesellschaft vorschreibt.

Die meisten heutigen Frauen auch eine mehr einen Vogel wie die andere und für nichts zu gebrauchen außer für schön sein und sich in der Öffentlichkeit herzeigen.

Auch Männer immer mehr für nichts merkt man auch bei der Jugend die Arbeitsstellen suchen bzw. eine Lehre anfangen.

Das Gejammer wahn jeden Tag 9 Stunden in der Firma und von Montag-Freitag.

Da hat man ja nichts mehr vom Leben.

Und anpack überhaupt keinen.

Ich sehe es genau umgekehrt.

Früher waren die Leute VIEL eitler als heute!

Schau dir nur mal alte Videos und Fotos von früher an. Damals haben sich die

Leute bereits schick in Schale geschmissen, wenn sie nur kurz den Müll raus brachten.

Heute sehe ich in der Stadt 90 Prozent im Schlabberlook.

Sogar die Süddeutsche Zeitung hat einen Artikel dazu geschrieben, dass den meisten scheinbar völlig egal ist was sie tragen.

Ich sehe das genauso.

Von Schönheitswahn kann also keine Rede sein .

Im Gegenteil.

<https://www.sueddeutsche.de/stil/mode-deutschland-einig-schlabberland-1.4040779>

Weil der Schlabberlook modern ist.

Und früher war halt Schick angezogen die Mode.

Das gab es ja schon im 18. Jahrhundert wo sich Leute immer schick angezogen haben.

Aber es gab keine Schönheits Ops, Botox, Lippen aufspritzen, Fitnesswahn wer ist schlanker als der andere.

Und wehe es kommt eine Falte.

Die wird sofort weggemacht egal um welchen Preis.

Heute ist nur mehr sowas wichtig.

Und das ist nun mal außer lächerlich gar nichts!

Und im Endeffekt sieht sowas nicht mal was gleich.

Aufgespritzte Lippen sehen bescheuert aus genau wie die ganzen die voll mit Botox im Gesicht sind.

Gemachte Brüste sehen auch nicht ansatzweise so aus wie echte die prall sind.

Außer Künstlich nichts.

Weil es früher gar kein Angebot für sowas gab .

Die Anzahl derer die eitel sind, kann man an einer Hand abzählen.

Wenn es früher schon eine Kosmetikindustrie gegeben hätte, dann wäre die mehr genutzt worden als heute.

Und Schlabberlook ist nicht modern.

Das ist nur ein Ausdruck der Menschen, dass

ihnen völlig egal ist wie sie aussehen.  
Gehe doch mal nach Italien.  
Dort wirst wesentlich weniger schlabberig  
gekleidete Leute treffen .  
Denn Italien ist ein Mode-Land  
und die Italiener eitler als deutsche.

Kein eitler Mensch würde je auf die Idee kommen,  
mit schlabberigen Klamotten das Haus zu verlassen.  
Mir sind solche Leute auch total unsympathisch.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [TomK](#) on Fri, 06 Sep 2024 17:01:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 16:53TomK schrieb am Fr., 06  
September 2024 15:56Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 15:28TomK  
schrieb am Fr., 06 September 2024 14:14Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September  
2024 10:38lcetea schrieb am Fr., 06 September 2024  
09:56[https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vjiW7ocX2\\_4\\_aNna](https://youtu.be/lb8lQJu8OF0?si=vjiW7ocX2_4_aNna)

Paar gute tipps

Übrigens zu tretinoin: Achtet darauf dass ihr kein Fettverlust habt wodurch das Gesicht noch  
eingefallen aussieht. Manche berichten davon und bei isotretinoin ist es auch bekannt. Ist ne  
seltene nw. Betrifft aber ein paar wenn man auf reddit schaut.  
Der Arzt hat Norwood 7 mit zahlreichen  
Altersflecken und will uns was von Anti-Aging erzählen.  
Wie kann man so jemanden Glauben schenken?

Lächerlich der ganze Schönheitswahn zur heutigen Zeit.  
Sowas gab es früher nicht.  
Jetzt muss jeder den anderen übertreffen.  
Als Kind oder Jugendlicher wird man sogar ausgelacht, gemobbt usw wenn man nicht so ist wie  
es einen die Gesellschaft vorschreibt.  
Die meisten heutigen Frauen auch eine mehr einen Vogel wie die andere und für nichts zu  
gebrauchen außer für schön sein und sich in der Öffentlichkeit herzeigen.  
Auch Männer immer mehr für nichts merkt man auch bei der Jugend die Arbeitsstellen suchen  
bzw. eine Lehre anfangen.  
Das Gejammer wahn jeden Tag 9 Stunden in der Firma und von Montag-Freitag.  
Da hat man ja nichts mehr vom Leben.  
Und anpack überhaupt keinen.

Ich sehe es genau umgekehrt.  
Früher waren die Leute VIEL eitler als heute!  
Schau dir nur mal alte Videos und Fotos von

früher an. Damals haben sich die Leute bereits schick in Schale geschmissen, wenn sie nur kurz den Müll raus brachten. Heute sehe ich in der Stadt 90 Prozent im Schlabberlook.

Sogar die Süddeutsche Zeitung hat einen Artikel dazu geschrieben, dass den meisten scheinbar völlig egal ist was sie tragen.

Ich sehe das genauso.

Von Schönheitswahn kann also keine Rede sein .

Im Gegenteil.

<https://www.sueddeutsche.de/stil/mode-deutschland-einig-schlabberland-1.4040779>

Weil der Schlabberlook modern ist.

Und früher war halt Schick angezogen die Mode.

Das gab es ja schon im 18. Jahrhundert wo sich Leute immer schick angezogen haben.

Aber es gab keine Schönheits Ops, Botox, Lippen aufspritzen, Fitnesswahn wer ist schlanker als der andere.

Und wehe es kommt eine Falte.

Die wird sofort weggemacht egal um welchen Preis.

Heute ist nur mehr sowas wichtig.

Und das ist nun mal außer lächerlich gar nichts!

Und im Endeffekt sieht sowas nicht mal was gleich.

Aufgespritzte Lippen sehen bescheuert aus genau wie die ganzen die voll mit Botox im Gesicht sind.

Gemachte Brüste sehen auch nicht ansatzweise so aus wie echte die prall sind.

Außer Künstlich nichts.

Weil es früher gar kein Angebot für sowas gab .

Die Anzahl derer die eitel sind, kann man an einer Hand abzählen.

Wenn es früher schon eine Kosmetikindustrie gegeben hätte, dann wäre die mehr genutzt worden als heute.

Und Schlabberlook ist nicht modern.

Das ist nur ein Ausdruck der Menschen, dass ihnen völlig egal ist wie sie aussehen.

Gehe doch mal nach Italien.

Dort wirst wesentlich weniger schlabberig gekleidete Leute treffen .

Denn Italien ist ein Mode-Land

und die Italiener eitler als deutsche.

Kein eitler Mensch würde je auf die Idee kommen, mit schlabberigen Klamotten das Haus zu verlassen.

Mir sind solche Leute auch total unsympathisch.

Auf einer Hand abzählen? :lol:

Sieh dir mal die heutigen Mädels an!

Auch Männer.

Am lächerlichsten finde ich dann solche die auch noch zusätzlich glauben das sie was besseres sind als andere und direkt herabschauend sich mit anderen unterhalten.

Auch Titel oder ein Studium macht einen nicht wertvollen als den anderen.

Alle Menschen sind gleich viel Wert!

Ich habe auch nicht wenig und auch viele Besitztümer.

Aber sowas würde mir nie einfallen das ich deswegen andere nicht Wertschätze die z.b weniger haben und gegenüber solchen mich wichtig mache.

Solche Leute sind außer Lachnummern gar nichts.

Die heutige Gesellschaftliche ist außer ich bezogen, böswillig und wichtig nichts mehr!

Die wenigsten Menschen interessieren sich noch darum wie es anderen geht oder gönnen anderen Menschen was gutes.

Auch Hilfsbereitschaft gibt es eher selten mal.

Jeder nur für sich.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 06 Sep 2024 17:42:19 GMT

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

Schau dir die Leute in der Stadt doch nur mal an.

Jede Menge Männer mit Falten, grauen Haaren, offener Glatze, Schlabber-Kleidung.. und fast alle haben einen dicken Bauch!

Ganz ehrlich:

Sehen so Leute aus, die eitel wären?

Von 100 Männern sind höchstens 5 einigermaßen gepflegt und eitel.

Mehr nicht.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [TomK](#) on Fri, 06 Sep 2024 18:25:26 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 19:42 Schau dir die Leute in der Stadt doch nur mal an.

Jede Menge Männer mit Falten, grauen Haaren, offener Glatze, Schlabber-Kleidung.. und fast alle haben einen dicken Bauch!

Ganz ehrlich:

Sehen so Leute aus, die eitel wären?

Von 100 Männern sind höchstens 5 einigermaßen

gepflegt und eitel.

Mehr nicht.

Männer sind nicht so eitel aber Frauen.

Da läuft fast jede zweite schon mit Botox Gesicht, aufgespritzten Lippen oder gemachten Brüste rum.

Im Fitnessstudio z.b ganz eitel.

Betrachten sich von allen Seiten selbstverliebt im Spiegel und machen Fotos mit rausgestreckten Hintern usw.

Wer braucht so eine selbstverliebte Frau die denkt sie sei die schönste und dauernd vorm Spiegel hockt?

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Fri, 06 Sep 2024 19:06:26 GMT

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

---

TomK schrieb am Fr., 06 September 2024 20:25Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 19:42Schau dir die Leute in der Stadt doch nur mal an.

Jede Menge Männer mit Falten, grauen Haaren, offener Glatze, Schlabber-Kleidung.. und fast alle haben einen dicken Bauch!

Ganz ehrlich:

Sehen so Leute aus, die eitel wären?

Von 100 Männern sind höchstens 5 einigermaßen gepflegt und eitel.

Mehr nicht.

Männer sind nicht so eitel aber Frauen.

Da läuft fast jede zweite schon mit Botox Gesicht, aufgespritzten Lippen oder gemachten Brüste rum.

Im Fitnessstudio z.b ganz eitel.

Betrachten sich von allen Seiten selbstverliebt im Spiegel und machen Fotos mit rausgestreckten Hintern usw.

Wer braucht so eine selbstverliebte Frau die denkt sie sei die schönste und dauernd vorm Spiegel hockt?

Da haste Recht.

Gibt manche..die übertreiben maßlos.

Eine mal gesehen in Dortmund, die war Mindestens 50.Aber sah Ekelig aus.

Die hatte die Lippen Gespritzt, sicherlich auch noch zuviel filler im gesicht und Make up.

Ich meine es gibt durchaus Problemzonen bei falten.

Aber übertreiben sollte mans auch nicht.

Wie gesagt diese Marionettenfalten (Hasse Quasi ALLE).

Weils ein im spiegel mürrisch aussehen lässt..und später wirds noch schlimmer dann haste hänge bäckchen.

Wäre für mich nichts.

Aber ob ich jetzt falten etwas an der Stirn habe oder an der Hände, wo ich übrigens genetisch eh immer die Arschkarte hatte. Bzw. meine komplette Handfläche ist seit meiner Kindheit extrem faltig.

Sowie selbst ob ich Lachfalten habe oder nen paar kleine an der Stirn oder Oberlippe oder Lippen habe, ist mir vollkommen egal.

Sowie sowas wie nen Truthahnhalbes will ich nicht haben.

Es geht nicht darum wegen der überschüssigen Haut oder weils ein Alt aussehen lässt. Mich nervt einfach, wenn du zwischen dein Kinn und Hals Haut rumfleddern hast.

Bzw. find auch Botox Behandlungen zu teuer, deswegen ich mich dagegen entscheide.

300-350 Euro ne 1 ML Spritze.. Wenn wirklich nicht übertreibst 2 ML sind Real bzw bis 5-6 ml bräuchteste für das ganze Gesicht.

600-700 Euro, hält voraussichtlich 4 Monate, also kannst dir 3x pro Jahr spritzen = 1800-2100 Euro.. auf 10 Jahre gerechnet 18.000-21.000 Euro.. auf 50 Jahre 90.000 - über 100.000.

Würd lieber wenns wirklich mit 50-60 mal schlimmer sein sollte für <10.000 nen Facelift machen lassen. Selbst wenn nicht alle Falten weg gehen, ist egal.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 06 Sep 2024 22:41:45 GMT

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

---

Auch Frauen werden immer UN-eitler!  
Wenn ich mir die Frauen im Jahre 2024 so anschau,  
bin ich wirklich froh, nicht heterosexuell zu sein.

Man sieht kaum noch Frauen, die sexy gekleidet sind mit Hotpants oder Miniröcken.  
Noch nicht mal lange Kleider..  
Nein, fast alle laufen sie in diesen unsäglichen Baggy-Hosen herum. Die aussehen wie zwei aneinander genähte Mülltüten.  
Im Prinzip sind die Frauen heute genauso hässlich gekleidet wie Männer.  
Und das nicht etwa nur tagsüber, sondern auch abends zum ausgehen.

Heutzutage muss man schon die nobelste Dicso der Stadt gehen, um überhaupt etwas besser gekleidete Frauen (und Männer) zu treffen.

Ich kann beim besten Willen nicht erkennen, wo die Leute eitel sein sollen.  
Bei Tik-Tok vielleicht.  
Aber nicht in der realen Welt. Nicht in Deutschland!  
Das war mal.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [TomK](#) on Sat, 07 Sep 2024 19:17:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sweety1988 schrieb am Fr., 06 September 2024 21:06TomK schrieb am Fr., 06 September 2024 20:25Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 06 September 2024 19:42Schau dir die Leute in der Stadt doch nur mal an.

Jede Menge Männer mit Falten, grauen Haaren, offener Glatze, Schlabber-Kleidung.. und fast alle haben einen dicken Bauch!

Ganz ehrlich:  
Sehen so Leute aus, die eitel wären?

Von 100 Männern sind höchstens 5 einigermaßen gepflegt und eitel.  
Mehr nicht.  
Männer sind nicht so eitel aber Frauen.  
Da läuft fast jede zweite schon mit Botox Gesicht, aufgespritzten Lippen oder gemachten Brüste rum.  
Im Fitnessstudio z.b ganz eitel.  
Betrachten sich von allen Seiten selbstverliebt im Spiegel und machen Fotos mit rausgestreckten Hintern usw.  
Wer braucht so eine selbstverliebte Frau die denkt sie sei die schönste und dauernd vorm Spiegel hockt?  
Da haste Recht.  
Gibt manche..die übertreiben maßlos.  
Eine mal gesehen in Dortmund, die war Mindestens 50.Aber sah Ekelig aus.  
Die hatte die Lippen Gespritzt, sicherlich auch noch zuviel filler im gesicht und Make up.

Ich meine es gibt durchaus Problemzonen bei falten.  
Aber übertreiben sollte mans auch nicht.

Wie gesagt diese Marionettenfalten (Hasse Quasi ALLE).  
Weils ein im spiegel mürrisch aussehen lässt..und später wirds noch schlimmer dann haste hänge bäckchen.

Wäre für mich nichts.

Aber ob ich jetzt falten etwas an der Stirn habe oder an den Händen, wo ich übrigens genetisch eh immer die Arschkarte hatte. Bzw. meine komplette Handfläche ist seit meiner Kindheit extrem faltig.

Sowie selbst ob ich Lachfalten habe oder ein paar kleine an der Stirn oder Oberlippe oder Lippen habe, ist mir vollkommen egal.

Sowie sowas wie ein Truthahnhalbes will ich nicht haben.

Es geht nicht darum wegen der überschüssigen Haut oder weil es ein Alt aussehen lässt. Mich nervt einfach, wenn du zwischen dem Kinn und Hals Haut rumpfledern hast.

Bzw. finde auch Botox-Behandlungen zu teuer, deswegen entscheide ich mich dagegen.

300-350 Euro pro 1 ML Spritze.. Wenn du wirklich nicht übertreibst 2 ML sind real bzw bis 5-6 ml bräuchteste für das ganze Gesicht.

600-700 Euro, hält voraussichtlich 4 Monate, also kannst du dir 3x pro Jahr spritzen = 1800-2100 Euro.. auf 10 Jahre gerechnet 18.000-21.000 Euro.. auf 50 Jahre 90.000 - über 100.000.

Würde lieber wenns wirklich mit 50-60 mal schlimmer sein sollte für <10.000 ein Facelift machen lassen. Selbst wenn nicht alle Falten weg gehen, ist egal.

Also mit der überschüssigen Haut die dann rumpfledert hast Recht.

Das sieht wirklich nicht schön aus.

Aber das bekommst du mit regelmäßigem Training gut hin, das es dann nicht so extrem aussieht.

Viele wollen nur nicht zum Training, da es zu anstrengend ist.

Botox kann ich dir persönlich abraten.

Kenne sehr viele die es machen.

Tiefere Falten bekommt man damit nicht weg.

Die bleiben.

Und die Wirkung hält in vielen Fällen nicht mal 4 Monate.

Je nachdem wie man vorher aussah.

Der Arzt meinte man müsste eigentlich schon mit 25 damit anfangen, das es zu super Ergebnissen führt.

Die meisten fangen erst dann an, wenn die Falten schon tief sind und da bekommst du nicht ganz weg bzw müsstest 4-5 mal machen bis sich die Muskeln richtig entspannen und es zu guten Ergebnissen führt.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [TomK](#) on Sat, 07 Sep 2024 20:55:59 GMT

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

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Sa., 07 September 2024 00:41 Auch Frauen werden immer UN-eitler!

Wenn ich mir die Frauen im Jahre 2024 so anschau,  
bin ich wirklich froh, nicht Heterosexuell zu sein.

Man sieht kaum noch Frauen, die sexy gekleidet sind  
mit Hotpants oder Miniröcken.

Noch nicht mal lange Kleider..

Nein, fast alle laufen sie in diesen unsäglichen  
Baggy-Hosen herum. Die aussehen wie zwei  
aneinander genähte Mülltüten.

Im Prinzip sind die Frauen heute genauso hässlich  
gekleidet wie Männer.

Und das nicht etwa nur tagsüber, sondern auch  
abends zum ausgehen.

Heutzutage muss man schon die nobelste Dicso  
der Stadt gehen, um überhaupt etwas besser  
gekleidete Frauen (und Männer) zu treffen.

Ich kann beim besten Willen nicht erkennen,  
wo die Leute eitel sein sollen.

Bei Tik-Tok vielleicht.

Aber nicht in der realen Welt. Nicht in Deutschland!

Das war mal.

Das ist die heutige Mode.

Hässlich sind die Frauen ja deswegen trotzdem nicht.

Hotpants oder Miniröcke ist nur für Gaffer und ich denke auf solche ist keine Frau heiß.

Das können sie sich gerne sparen.

Und dann vielleicht noch dumme Kommentare oder blöde Anmachsprüche!

Sowas braucht keine Frau.

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 07 Sep 2024 21:36:07 GMT

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

---

TomK schrieb am Sa., 07 September 2024 22:55 Norwood-packt-das-an schrieb am Sa., 07  
September 2024 00:41 Auch Frauen werden immer UN-eitler!

Wenn ich mir die Frauen im Jahre 2024 so anschau,  
bin ich wirklich froh, nicht Heterosexuell zu sein.

Man sieht kaum noch Frauen, die sexy gekleidet sind

mit Hotpants oder Miniröcken.  
Noch nicht mal lange Kleider..  
Nein, fast alle laufen sie in diesen unsäglichen  
Baggy-Hosen herum. Die aussehen wie zwei  
aneinander genähte Mülltüten.  
Im Prinzip sind die Frauen heute genauso hässlich  
gekleidet wie Männer.  
Und das nicht etwa nur tagsüber, sondern auch  
abends zum ausgehen.  
Heutzutage muss man schon die nobelste Dicso  
der Stadt gehen, um überhaupt etwas besser  
gekleidete Frauen (und Männer) zu treffen.

Ich kann beim besten Willen nicht erkennen,  
wo die Leute eitel sein sollen.  
Bei Tik-Tok vielleicht.  
Aber nicht in der realen Welt. Nicht in Deutschland!  
Das war mal.  
Das ist die heutige Mode.  
Hässlich sind die Frauen ja deswegen trotzdem nicht.  
Hotpants oder Miniröcke ist nur für Gaffer und ich denke auf solche ist keine Frau heiß.  
Das können sie sich gerne sparen.  
Und dann vielleicht noch dumme Kommentare oder blöde Anmachsprüche!  
Sowas braucht keine Frau.

Ein Rock bis Mitte Oberschenkel würde schon reichen.  
Aber eine Frau sollte eben auch aussehen wie eine Frau.  
Und nicht wie ein Mann.  
Früher war es normal, dass Frauen und Kinder grundsätzlich  
nackte Beine hatten.  
Männer trugen lange Hosen.  
Dadurch ergab sich ein starker Kontrast.  
Denn Gegensätze ziehen sich an.  
In sehr noblen Discotheken (Clubs) ist das heute noch so.  
Aber man muss schon in sehr noble gehen,  
denn in den meisten Clubs gibt es gar keinen Dresscode  
mehr und dementsprechend schlimm sieht es  
dann auch aus.  
Wenn man nicht in einen noblen Club geht,  
sondern in einen normalen, dann sieht man  
nur Schlabber-Look und die Frauen laufen genauso  
rum wie Männer.  
Ich finde das regelrecht ekelig.  
Frauen die sich kleiden wie Männer,  
sind bei mir sofort unten durch.  
Gott sei Dank bin ich nicht hetero.

Aber gut gekleidete Jungs zu finden,  
wird leider auch immer schwerer.  
Die Menschen waren noch nie hässlicher gekleidet  
als diesen Sommer.  
Früher gab es wenigstens noch Skinny-Jeans  
und bunte karierte Shorts.  
Das hat man uns nun auch genommen.  
Jetzt nur noch farbloser Baggy-Scheiss so  
weit das Auge reicht.  
Einfach nur noch ekelig. x(

---

---

Subject: Alle sprechen von "guter" Ernährung...  
Posted by [MatteStattPlatte](#) on Tue, 10 Sep 2024 09:37:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

und dann diese Nachricht:

Zitat:Der Fast-Food-Gigant McDonald's kündigt eine groß angelegte Expansion in  
Deutschland an. In den kommenden Jahren sollen 500 neue Restaurants entstehen,  
insbesondere an Autobahnen und Bahnhöfen. Dabei plant das Unternehmen, insgesamt über  
10.000 neue Arbeitsplätze zu schaffen.  
<https://www.leadersnet.de/news/82375,mcdonalds-baut-500-neue-filialen-in-deutschland-aus.html>

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [annika99](#) on Wed, 18 Sep 2024 16:44:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich kann diese Seite nicht öffnen.

---

---

Subject: Aw: Alle sprechen von "guter" Ernährung...  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 18 Sep 2024 18:15:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

MatteStattPlatte schrieb am Tue, 10 September 2024 11:37 und dann diese Nachricht:

Zitat:Der Fast-Food-Gigant McDonald's kündigt eine groß angelegte Expansion in  
Deutschland an. In den kommenden Jahren sollen 500 neue Restaurants entstehen,  
insbesondere an Autobahnen und Bahnhöfen. Dabei plant das Unternehmen, insgesamt über  
10.000 neue Arbeitsplätze zu schaffen.  
<https://www.leadersnet.de/news/82375,mcdonalds-baut-500-neue-filialen-in-deutschland-aus.html>  
10.000 neue Jobs ohne Bewerber?  
Die haben ja jetzt schon Probleme, Personal zu finden.

---

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [hallowelt](#) on Fri, 20 Sep 2024 15:00:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sweety1988 schrieb am Do., 05 September 2024 15:31  
Hab da mehr Vertrauen in Dr Sinclair .  
Der hat nen Aktiven weg gefunden..es teils rückgängig zu machen.

Sinclair? Er hat garnichts gefunden, alles Scam. Hier ist die Geschichte über diesen  
"Wissenschaftler":  
<https://www.youtube.com/watch?v=vGmmBJq0NNNo&list=PLeRFbtgrUb3m2ArTEIIR9rpcWYOBQjrS&index=2>

---

Subject: Aw: Mit dem älterwerden umgehen?  
Posted by [pilos](#) on Fri, 20 Sep 2024 15:02:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hallowelt schrieb am Fr., 20 September 2024 17:00  
Sinclair? Er hat garnichts gefunden, alles Scam.

:applaus:

---