

---

Subject: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 06 Sep 2024 23:08:07 GMT

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

---

Neue Studie:

<https://naturale.pl/images/dslabs/niacinamide1.pdf>

Ist zwar an Frauen getestet worden,  
sollte aber auch bei Männern wirken.

Interessant, dass noch nicht mal  
Flush-Niacin verwendet wurde.  
Ich denke, wenn es Niacin mit Flush-Effekt  
gewesen wäre, wäre die Wirkung  
noch viel besser ausgefallen!

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Casey](#) on Sat, 07 Sep 2024 05:16:08 GMT

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

---

interessant. Gilt das nur für topisch oder könnte auch die orale Supplementation Benefits bringen?

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [pilos](#) on Sat, 07 Sep 2024 06:14:27 GMT

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

---

was macht man mit alten kalten kaffee

;)

in den ausguss geben

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 07 Sep 2024 07:18:00 GMT

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

---

Müsste dann nicht das K2 Haarwasser wirken?da ist niacin flush drin...

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [pilos](#) on Sat, 07 Sep 2024 07:48:19 GMT

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

---

Fliesengott schrieb am Sa., 07 September 2024 09:18 Müsste dann nicht das K2 Haarwasser wirken? da ist niacin flush drin...  
du meinst die k5  
die auch nix bringt

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 07 Sep 2024 07:50:02 GMT

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

---

Stimmt, k2 waren die Inliner. Vielleicht bringen die ja was, zumindest wenn man den Laserhelm dabei trägt :lol:

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [pilos](#) on Sat, 07 Sep 2024 08:23:51 GMT

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

---

der @NW7

dieser karteileichen-ausgräber

:arrow:

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 07 Sep 2024 08:35:06 GMT

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

---

Gibt es eigentlich irgendein freiverkäufliches Haarwasser, was irgendwas bringen könnte, und wenn es nur kurzfristiger optischer Natur ist? Also etwas dickeres Haar direkt nachm Auftragen? Alle bisherigen machen das haar einfach nur glänzend fettig und optisch noch dünner...

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [pilos](#) on Sat, 07 Sep 2024 09:34:30 GMT

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

---

Fliesengott schrieb am Sat, 07 September 2024 10:35 Gibt es eigentlich irgendein

---

freiverkäufliches Haarwasser, was irgendwas bringen könnte, und wenn es nur kurzfristiger optischer Natur ist? Also etwas dickeres Haar direkt nachm Auftragen? Alle bisherigen machen das haar einfach nur glänzend fettig und optisch noch dünner...

selbst ist der mann

nuratin p

<https://www.dragonspice.de/naturkosmetikRohstoffe/Alle-Rohstoffe-A-Z/Weizenprotein-HT-von-Dragonspice-Naturwaren.html>

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!  
Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 07 Sep 2024 09:35:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Und wieviel Prozent davon wo am besten rein?

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!  
Posted by [pilos](#) on Sat, 07 Sep 2024 09:42:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

20 ml wodka  
30 ml wasser  
vorab mischen

2,5 ml nuratin p hinzufügen

und dann am besten in einer sprayflasche abfüllen

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!  
Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 07 Sep 2024 09:48:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke. Zwei Fragen noch:

1. Kann man auch ein geeignetes haarwasser nehmen, wo man es reinmischen kann (was nicht fettet)?
2. Ist nurapin p das selbe wie weizenquat?

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [pilos](#) on Sat, 07 Sep 2024 10:13:42 GMT

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

---

sollte nur nicht zu viel alk drin sein

sonst wird das protein inaktiviert

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 07 Sep 2024 10:18:28 GMT

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

---

Oh krass, hmm, und woran sehe ich es, dass du viel alk drin ist? Passt es, wenn es an zweiter Stelle nach aqua steht so wie bei allen gängigen drogeriehaarwassern oder könnte das bereits zuviel sein?

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 07 Sep 2024 10:18:53 GMT

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

---

pilos schrieb am Sa., 07 September 2024 09:48Fliesengott schrieb am Sa., 07 September 2024 09:18Müsste dann nicht das K2 Haarwasser wirken?da ist niacin flush drin...  
du meinst die k5  
die auch nix bringt

Tino hat mir geschrieben,  
dass es ihm geholfen hat und die Haare dichter wurden!

Und das, obwohl in der K5-Tinktur gerade mal  
0,1% Niacin drin ist.

Ich kenne ein Präparat, was 0,5% hat.  
Aber besser wäre ein NOCH stärkeres.  
Aber habe noch keines gefunden.

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 07 Sep 2024 10:19:38 GMT

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

---

Welches hat denn 0,5%?

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 07 Sep 2024 10:22:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Fliesengott schrieb am Sa., 07 September 2024 10:35Gibt es eigentlich irgendein freiverkäufliches Haarwasser, was irgendwas bringen könnte, und wenn es nur kurzfristiger optischer Natur ist? Also etwas dickeres Haar direkt nachm Auftragen? Alle bisherigen machen das haar einfach nur glänzend fettig und optisch noch dünner...

Gibt es.

Sikapur kolloidales Siliziumgel.

- Macht die Haare SOFORT optisch dick
- Senkt die Talgproduktion um 55%

Ich trug das im Jahre 2009 jeden Tag und die Mädels waren alle so heiß auf meine Frisur, dass ich ständig nach meiner Nummer gefragt wurde. Ohne Spaß!

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!  
Posted by [pilos](#) on Sat, 07 Sep 2024 10:23:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Sa., 07 September 2024 12:18

Tino hat mir geschrieben,  
dass es ihm geholfen hat und die Haare dichter wurden!

Und das, obwohl in der K5-Tinktur gerade mal 0,1% Niacin drin ist.

Ich kenne ein Präparat, was 0,5% hat.

Aber besser wäre ein NOCH stärkeres.

Aber habe noch keines gefunden.

sehr zweifelhaft

vor allem wenn man noch zig andere sachen zu sich nimmt

;)

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!  
Posted by [pilos](#) on Sat, 07 Sep 2024 10:26:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Sa., 07 September 2024 12:22Fliesengott schrieb am Sa., 07 September 2024 10:35Gibt es eigentlich irgendein freiverkäufliches Haarwasser, was

irgendwas bringen könnte, und wenn es nur kurzfristiger optischer Natur ist? Also etwas dickeres Haar direkt nachm Auftragen? Alle bisherigen machen das haar einfach nur glänzend fettig und optisch noch dünner...

Gibt es.

Sikapur kolloidales Siliziumgel.

- Macht die Haare SOFORT optisch dick
- Senkt die Talgproduktion um 55%

Ich trug das im Jahre 2009 jeden Tag und die Mädels waren alle so heiß auf meine Frisur, dass ich ständig nach meiner Nummer gefragt wurde.

Ohne Spaß!

zuckerwasser tut es auch...seit 100 jahren

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 07 Sep 2024 10:35:30 GMT

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

Welches Produkt hat denn nun 0,5% niacin?

Und sikapur wäre der supergau für meine eh schon trockene Kopfhaut

Was für zucker nimmt man denn für zuckerwasser? Und wieviel? Verdickt das optisch?

Könnte man das auch mit dem weizenquat kombinieren?

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [pilos](#) on Sat, 07 Sep 2024 10:40:46 GMT

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

Fliesengott schrieb am Sa., 07 September 2024 12:35

Was für zucker nimmt man denn für zuckerwasser? Und wieviel? Verdickt das optisch?

Könnte man das auch mit dem weizenquat kombinieren?

haushaltszucker natürlich

probier es auch

20%

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 07 Sep 2024 10:56:13 GMT

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

---

Okay, und was ist mit dieser alkohol geschichte? Geht z.b.alpecin etc oderist das schon zuviel alk?

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 07 Sep 2024 11:20:13 GMT

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

---

Dieses hat 0,5% und damit 5x mehr als die K5-Tinktur:

[https://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/pernionin-thermo-teilbad-100-ml-hermes-arzneimittel-gmbh-pzn-3532157.html?mft\\_package](https://www.medizinfuchs.de/preisvergleich/pernionin-thermo-teilbad-100-ml-hermes-arzneimittel-gmbh-pzn-3532157.html?mft_package)

Wird als Badezusatz verwendet.

Empfohlen wird 5 ml auf 1 Liter Wasser.

Aber man kann es auch pur auftragen.

Vorher die Kopfhaut etwas anfeuchten

und dann mit Folie oder Duschhaube einige

Stunden (am besten über Nacht) einwirken lassen.

Aber meiner Erfahrung nach hat man den stärksten

durchblutungsfördernden Effekt

mit der ABC-Wärmecreme auf Capsaicin-Basis.

Diese kann man gut mit Wasser mischen

und darin dann diverse Wirkstoffe auflösen

wie Zink-Glukonat, L-Carnitin Tartrat, NAC,

ätherische Öle etc.

Grundsätzlich kann man auch beides miteinander

kombinieren. Also z.B. 50% ABC-Wärmecreme,

5% dieses Niacin-Badezusatz und der Rest Wasser

mit den aufgelösten Wirkstoffen.

Oder beides 1:1.

Allerdings wirkt der Niacin-Flush nur dann,

wenn man keine COX2-Hemmer verwendet.

Oreganoöl wäre so einer. Ich werde daher bald testen,

ob diese Kombination auch zu einem Flush führt oder nicht.

Wenn Oreganoöl tatsächlich COX2 blocken sollte,

dürfte ein Flush nicht möglich sein.

Denn dieser wird nur durch COX-2 und nicht

durch COX-1 ausgelöst. Zumindest nach meinen Informationen.

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Fliesengott](#) on Sat, 07 Sep 2024 11:25:43 GMT

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

---

Aber sind in dem Badezusatz nicht sulfate etc drin? Das hau ich mir ja nicht so auf die birne. Das reizt ja wie blöd...

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 07 Sep 2024 11:33:20 GMT

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

---

Fliesengott schrieb am Sa., 07 September 2024 13:25 Aber sind in dem Badezusatz nicht sulfate etc drin? Das hau ich mir ja nicht so auf die birne. Das reizt ja wie blöd...

Habe es bereits PUR auf meiner Haut getestet.

Oberkopf und Schienbein.

Es reizt 0,0!

Das einzige, was reizt, ist die ABC-Wärmecreme.

Diese ist auch stärker durchblutungsfördernd als der Niacin-Flush.

Ich habe gerade beides zusammen gemischt.

Also die ABC-Capsaicin-Creme mit dem Niacin-Badezusatz

1:1. Man muss es allerdings in einem Behälter stark

schütteln! Nur verrühren geht nicht.

Habe auch noch Lavendelöl und Dillsamenöl hinzugefügt.

Lavendel wegen der antiandrogener / pro-östrogenen Aktivität und Dillsamen wegen PPAR-Gamma.

Ich werde später berichten wie stark die Kombi diese Durchblutung fördert im Gegensatz zu den jeweiligen Einzelmitteln.

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 07 Sep 2024 13:12:12 GMT

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

---

Zu meiner Überraschung fiel die Durchblutung durch die Kombination von niacin mit Capsaicin nicht stärker, sondern schwächer aus.

Der Grund dafür könnte sein, da Capsaicin cox2 blockt und daher den niacin flush unterbindet.

---

Studie:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/12531428/>

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [hallowelt](#) on Tue, 10 Sep 2024 20:06:08 GMT

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

---

Der Thread-Titel hat mich bewogen, eine Studie auszugraben, die ich mal hier auf Alo reingestellt hatte, wonach Niacinamid Haarwachstum hemmt.

Beim durchsehen der Studie ist mir ein Detail in einer der Grafiken aufgefallen (Figur 2), das ich früher wohl nicht bemerkt habe: Rechts unten in der Graphik ist neben der Kontroll- und Niacinamid-Versuchsanordnung auch eine Niacinamid+PEA (=Palmitoylethanolamid) Versuchsanordnung dargestellt.

Wenn ich das richtig verstehe, hat PEA die negative Wirkung des Niacinamids auf die Haarschaftlänge und Mastzellendegranulation vollkommen umgekehrt, was mich wundern lässt, ob PEA alleine eine stark positive Wirkung auf Haarwachstum hätte?

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [pilos](#) on Tue, 10 Sep 2024 20:45:05 GMT

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

---

hallowelt schrieb am Di., 10 September 2024 22:06Der Thread-Titel hat mich bewogen, eine Studie auszugraben, die ich mal hier auf Alo reingestellt hatte, wonach Niacinamid Haarwachstum hemmt.

Beim durchsehen der Studie ist mir ein Detail in einer der Grafiken aufgefallen (Figur 2), das ich früher wohl nicht bemerkt habe: Rechts unten in der Graphik ist neben der Kontroll- und Niacinamid-Versuchsanordnung auch eine Niacinamid+PEA (=Palmitoylethanolamid) Versuchsanordnung dargestellt.

Wenn ich das richtig verstehe, hat PEA die negative Wirkung des Niacinamids auf die Haarschaftlänge und Mastzellendegranulation vollkommen umgekehrt, was mich wundern lässt, ob PEA alleine eine stark positive Wirkung auf Haarwachstum hätte?

komisch nur dass auf der EHRS 2xxx ausgerechnet 0,2% niacin als h-grower vorgestellt wurde...

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 15 Sep 2024 14:24:51 GMT

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

---

In dieser Studie hat Niacin  
eine Fibrose nicht nur vorgebeugt,  
sondern sogar zu 60% rückgängig gemacht:  
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC9274597/>

Und AGA ist Fibrose.  
Müsste eigentlich auch gegen Hautfibrose wirken.  
Müsste man näher recherchieren.

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 16 Sep 2024 10:44:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Niacin ist stärker anti-fibrotisch als  
Niacinamid:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/7527336/>

Die Wirkung soll nicht auf Entzündungshemmung beruhen.

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!  
Posted by [Knorkell](#) on Sat, 23 Nov 2024 16:40:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich mische seit bald zwei Jahren eine gut gehäufte Messerspitze Niacin ins Minox.  
Hat nichts geändert. Vllt. müsste es mehr sein.

---

---

Subject: Aw: Niacin (Vitamin B3) topisch lässt Haare wachsen!  
Posted by [pilos](#) on Sat, 23 Nov 2024 16:45:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Knorkell schrieb am Sa., 23 November 2024 17:40Ich mische seit bald zwei Jahren eine gut gehäufte Messerspitze Niacin ins Minox.  
Hat nichts geändert. Vllt. müsste es mehr sein.  
laut der studie waren es 0,1 oder 0,2%

deine messerspitzen in 60 ml minox sind sogar mehr als das

nein, das ist wieder so eine """"studie"""" gewesen

abhacken

---