
Subject: Circadian Rhythm und Hair Loss
Posted by [sh4dy](#) on Thu, 21 Nov 2024 10:46:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Im Huberman Podcast bin ich neulich auf das Thema circadiner Rhythmus gestoßen. Er erwähnte auch das Thema Haarwuchs.

Zur Info:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/37509104/>

Scheinbar hängt AGA auch zum Teil mit Schlafstörungen zusammen:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/35469370/>

Jetzt wäre interessant ob Leute mit korrekten Rhythmus (mit Sonnenaufgang aufstehen, viel Tageslicht, keine künstlichen Lichter Abends) weniger stark von AGA betroffen sind.

Subject: Aw: Circadian Rhythm und Hair Loss
Posted by [sh4dy](#) on Wed, 17 Dec 2025 10:41:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Scheinbar sind AGA Betroffene wirklich mehr vom Typ Nachteule :lol:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/40844134/>

Subject: Aw: Circadian Rhythm und Hair Loss
Posted by [HaartzIV](#) on Wed, 17 Dec 2025 16:37:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich glaube das ist etwas dran. Die Männer die im freien aufm Bau, Gartenlandschaftsbau arbeiten, haben nach meinem Empfinden oft eine weit besseren Status, als welche die überwiegend in geschlossenen Räumen arbeiten.
