
Subject: Kollagen Supp bei AGA - good or bad?
Posted by [Casey](#) on Sun, 08 Dec 2024 07:25:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi zusammen,

mich würde interessieren, wie ihr zum Thema Kollagen-Supplementierung bei AGA steht. Grundsätzlich sollte Kollagen der Logik her den Haaren ja helfen (stärkere, dickere Haare). Zudem hat es noch viele weitere positive Effekte für die Haut etc.

Hier im Forum wird aber häufig die These unterstützt, dass AGA durch einen Kollagenüberschuss in der Kopfhaut verursacht wird (oder es zumindest einer von vielen Gründen ist). Zusätzliches Kollagen in Form von oraler Einnahme, würde das dann ja eher verschlimmern - oder?!

Wie ist eure Meinung dazu?

Subject: Aw: Kollagen Supp bei AGA - good or bad?
Posted by [pilos](#) on Sun, 08 Dec 2024 09:27:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

weder good noch bad

kollagen in der nahrung hat mit dem kollagen in der kopfhaut nichts zu tun

Subject: Aw: Kollagen Supp bei AGA - good or bad?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 08 Dec 2024 10:59:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Dermaroller und Vitamin C topisch fördern Kollagen.
Und wirken trotzdem gegen AGA.

Subject: Aw: Kollagen Supp bei AGA - good or bad?
Posted by [Casey](#) on Sun, 08 Dec 2024 11:34:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das heißt ich mache mir zu viel Gedanken und kann es bedenkenlos nehmen. Danke :)

Subject: Aw: Kollagen Supp bei AGA - good or bad?

Posted by [Rico777](#) on Sun, 08 Dec 2024 21:00:16 GMT

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

Casey schrieb am Sun, 08 December 2024 12:34das heißt ich mache mir zu viel Gedanken und kann es bedenkenlos nehmen. Danke :)

Kollagen hydrolysat ist top, du kannst es jeden tag zu dir nehmen, ich empfehle dir 2 esslöffel in wasser aufgelöst etwa 30 min nach der letzten mahlzeit.

Subject: Aw: Kollagen Supp bei AGA - good or bad?

Posted by [Casey](#) on Mon, 09 Dec 2024 04:30:39 GMT

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

hast du Vorteile im Bezug auf deinen Haarstatus bemerkt?

Subject: Aw: Kollagen Supp bei AGA - good or bad?

Posted by [Rico777](#) on Mon, 09 Dec 2024 17:02:27 GMT

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

Casey schrieb am Mo., 09 Dezember 2024 05:30hast du Vorteile im Bezug auf deinen Haarstatus bemerkt?

ob es wirklich einen signifikanten einfluss auf die haare hat kann ich dir nicht sagen, falls du deine haare kräftige möchtest kann ich dir msm ans herz legen.

Subject: Aw: Kollagen Supp bei AGA - good or bad?

Posted by [Sweety1988](#) on Tue, 10 Dec 2024 17:50:20 GMT

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

Wie Pilos schon schrieb , es ist weder top noch flop.

Laut Studien kann es den Haarausfall um 7% Bremsen.

Aber Aufhalten.. und Teils rückgängig machen wie Finasterid und Duasterid und co , kann es nicht.

Hydrolasiertes Kollagen , hat abere andere vorteile,

für die Haut bzw. kann Falten mindern, kann sich auch auf die Knochen/Muskeln gut auswirken.

Subject: Aw: Kollagen Supp bei AGA - good or bad?

Posted by [lcetea](#) on Tue, 10 Dec 2024 17:59:12 GMT

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

Sweety1988 schrieb am Di., 10 Dezember 2024 18:50 Wie Pilos schon schrieb , es ist weder top noch flop.

Laut Studien kann es den Haarausfall um 7% Bremsen.
Aber Aufhalten.. und Teils rückgängig machen wie Finasterid und Duasterid und co , kann es nicht.

Hydrolasiertes Kollagen , hat abere andere vorteile,
für die Haut bzw. kann Falten mindern, kann sich auch auf die Knochen/Muskeln gut auswirken.

Nehme 30gramm pro tag...Ist das zu viel? Kann es dadurch negative Auswirkungen haben?
Enthält es Kreatin da es ja aus Tieren stammt? Und falls ja wäre natürlich zu viel davon auch mehr Kreatin was HA verschlimmern könnte

Subject: Aw: Kollagen Supp bei AGA - good or bad?
Posted by [Sweety1988](#) on Tue, 10 Dec 2024 20:41:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ice tea schrieb am Di., 10 Dezember 2024 18:59 Sweety1988 schrieb am Di., 10 Dezember 2024 18:50 Wie Pilos schon schrieb , es ist weder top noch flop.

Laut Studien kann es den Haarausfall um 7% Bremsen.
Aber Aufhalten.. und Teils rückgängig machen wie Finasterid und Duasterid und co , kann es nicht.

Hydrolasiertes Kollagen , hat abere andere vorteile,
für die Haut bzw. kann Falten mindern, kann sich auch auf die Knochen/Muskeln gut auswirken.

Nehme 30gramm pro tag...Ist das zu viel? Kann es dadurch negative Auswirkungen haben?
Enthält es Kreatin da es ja aus Tieren stammt? Und falls ja wäre natürlich zu viel davon auch mehr Kreatin was HA verschlimmern könnte

Du solltest an sich nur 20 Gramm Pro Tag nehmen ich nehm selbst Hydrolysiertes Kollagenpulver von Alphons Miller
Sowie Nebenwirkungen hat es nicht, wenn du zuviel Nimmst. Es ist halt nen Supplement ,kein Medikament. Das das Schlimmste..was auftreten kann ,sind übliche Nebenwirkungen: wie Kopfschmerzen/magenschmerzen usw.
Aber jetzt nicht weltbewegendes bzw. die gehen nach absetzen , wieder weg.

Bzw. meins Enthält kein Kreatin. Bzw. kennt mich Damit nicht aus mit Kreatin.
