
Subject: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 23 Apr 2025 15:49:09 GMT

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

Ich habe diese Doku gesehen:

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

Ein Klassentreffen nach 25 Jahren.

Die sind also um die 43/44 Jahre alt.

Bis auf einen, sehen die meisten mega alt aus.

Den Bernd (Min. 21:54) hätte ich sogar glatt auf 60 geschätzt.

Ist das normal, in dem Alter schon so alt auszusehen?

Wir hatten auch mal ein Klassentreffen.

Da waren wir Mitte 30. Und da sahen die meisten noch verdammt jung und knackig aus.

Und die in der Doku sind nur 8-9 Jahre älter...

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [markd](#) on Wed, 23 Apr 2025 19:22:22 GMT

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

War diese Woche bei Reddit: Sir Sean Connery und Thomas Sangster, beide zum Zeitpunkt des Fotos 34 Jahre alt.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [pilos](#) on Wed, 23 Apr 2025 19:28:03 GMT

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

der ist ja auch eine kopie seiner mutter.....

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 24 Apr 2025 12:02:24 GMT

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

Ja es ist Normal mit 43 Jahren Alt Auszusehen.

Was erwarteste?.

Ich meine. Die Durchschnittliche Lebenserwartungen beim menschen, liegt bei ca 80. Du hast, etwas über die Hälfte deines Lebens gelebt.

Es gibt durchaus Ausnahmen , die sich Jung Halten können.
Siehe jennifer Lopez oder Jered Leto . Aber ich denke, da ist nen Genetischer teil mit drin. Bei Jared Letos familie, ist selbst der Bruder, selbst die Mutter. Davon betroffen, das die Jünger aussehen als die sind.

Der Isst zwar Vegan und Treibt sport .

Aber ich denke das Sport zeug macht viel aus.

ich hab nen Freund aus Indien.

Der ist 58 Jahre Alt.

Der hat zwar Sunken Eye bzw. fett verlust da.

Der Treibt jeden Tag Sport, seit 30 jahren. Der sieht aus wie höchstens mitte 30.

Wenn der das mti sein auge fixen Lassen würde. Könnte der als 25 jähriger locker durchgehen.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Whereismyhair](#) on Thu, 24 Apr 2025 13:55:17 GMT

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

Genetik spielt hier natürlich eine große Rolle. Die kann man leider nicht beeinflussen.
Darunter fällt ja in der Regel auch der (genetisch bedingte) Haarausfall, der Leute gerne mal 10-20 Jahre Älter aussehen lässt. Schau dir mal an, wie John Tenta (Wrestlername "Earthquake") in seinen 20ern aussah 80

Aber ansonsten gilt:

- Körperpflege / Masken / Feuchtigkeit etc.

- Sport

- Kein Alk, Rauchen o.ä.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 24 Apr 2025 14:03:04 GMT

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

Whereismyhair schrieb am Do., 24 April 2025 15:55 Genetik spielt hier natürlich eine große Rolle. Die kann man leider nicht beeinflussen.
Darunter fällt ja in der Regel auch der (genetisch bedingte) Haarausfall, der Leute gerne mal 10-20 Jahre Älter aussehen lässt. Schau dir mal an, wie John Tenta (Wrestlername "Earthquake") in seinen 20ern aussah 80

Aber ansonsten gilt:

- Körperpflege / Masken / Feuchtigkeit etc.
- Sport
- Kein Alk, Rauchen o.ä.

Unsinn.

Fast alles ist Lebensstil.

Die Genetik spielt die geringste Rolle.

Das gilt natürlich auch für AGA.

Und nur weil man AGA hat, sieht man deswegen 10-20 Jahre älter aus?

Heißt das im Umkehrschluss:

Jeder mit vollem Haar sieht 10-20 Jahre jünger aus?

Schau dir doch nur mal Gerhard Schröder an.

Der hat zwar volles Haar. Sieht aber trotzdem alt aus.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 24 Apr 2025 15:03:38 GMT

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

[quote title=Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 24 April 2025 16:03]Whereismyhair schrieb am Do., 24 April 2025 15:55

Schau dir doch nur mal Gerhard Schröder an.

Der hat zwar volles Haar. Sieht aber trotzdem alt aus.

Das ist so das schlechteste Beispiel, was du nennen konntest.

Gerhard Schröder ist 81. Der wurde am 7 April 1944 geboren.

Selbst wenn 10-20 Jahre abziehen würdest. Würde der im Besten Fall, wie 61+ aussehen.

Der hat graue Haare / einen Muskelschwund im Gesicht, was im Alter normal ist bzw. was zu hängenden Lidern am Auge führt. Sowie auch zu diesen Fettpolstern an der Seite, links und rechts, an der Jawline. Sowie, ich bezweifle, dass der in Hautpflege investiert oder Sonnenschutz. Sowie Falten wie der hat. Gewisse Sachen lassen sich nicht vermeiden mit Sonnenschutz und Hautpflege. Aber, das sieht bei den aus, als ob er gar nichts gemacht hätte. Wenn ich auf meine Eltern gucke, die auf 70 zugehen.

Die sehen beide alt aus. Nur mein Dad, hat irgendwie mehr Glück als meine Mutter.

Mein Dad ist 5 Jahre älter als meine Mutter. Bzw. der 68 Jahre alt.

Der hat graue Haare, Norwood 5, sowie ja hat auch sunken eyes (Fettverlust unter den Augen).

Sowie am Hals/Adamsapfel, ganz leicht, dass die Haut schwächer wird bzw. an der Hand siehst

es auch.

Wenn der Keine Grauenhaare hätte und keine Glatze . Könnte er noch als 45-55 durchgehen.

Meine Mutter , hat nen Extremen Truthahnhal , die hat extrem viel überschüssige halt am Hals. Auch Sunken Eyes , Auch Graue haare (aber die färbt die). Sowie Marionettenfalten.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Intoleranz1](#) on Thu, 24 Apr 2025 18:44:03 GMT

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

Bald 41 und sehe noch aus wie in meinem 20ern. Aber so langsam will ich mal vorsorgen was hautalterung angeht. Gebt mal Tipps was ihr tun würdet bitte

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [ME95](#) on Thu, 24 Apr 2025 18:47:55 GMT

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

Wenn man nix falsch macht sieht man mit 43 noch wie 30 aus

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [pilos](#) on Thu, 24 Apr 2025 18:55:26 GMT

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

ME95 schrieb am Do., 24 April 2025 20:47Wenn man nix falsch macht sieht man mit 43 noch wie 30 aus
von wegen...

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 24 Apr 2025 19:17:55 GMT

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

ME95 schrieb am Do., 24 April 2025 20:47Wenn man nix falsch macht sieht man mit 43 noch wie 30 aus
Nicht Wirklich.

Pilos hat Recht.
Du müsstest schon zuviel Mache.

Von Ernährung, über Sonnenschutz, über Hauptpflege , sowie müsstest dir ggf. noch Home Devices Kaufen wie ne LED Maske für Hals und Gesicht..Oder so nen großes für nen

Den Ganzen Körper. Sowie wenn du fettverlust hast, dan noch Fett Transfer oder mit Fillern es auffallen. ggf wenne peche hast, noch nen Facelift. Evtl noch Intervalfasten und Supplemts, die nen Anti aging effekt haben.
ggf noch Gesichts Training für die muskeln.

Evtl , dann siehste mit 43 noch aus wie 30.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 24 Apr 2025 19:26:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Intoleranz1 schrieb am Do., 24 April 2025 20:44Bald 41 und sehe noch aus wie in meinem 20ern. Aber so langsam will ich mal vorsorgen was hautalterung angeht. Gebt mal Tipps was ihr tun würdet bitte

Du solltest Grundsätzlich die Sonne Meiden sogut wie es geht.

Ne Feuchtigscreme Kaufen, ggf. noch Treitnoin oder mindestens Retinal Besorgen, für Abends. Sonnenschutz Creme (50+).

Hyrdolsiertes Kollagenpulver kostet für ca 60 tage = 30 Euro bei amazon.de . Kannte dir auch besogem, ist nicht schlecht. nehme ich seit über 1 Jahr.

Multivitamin /Hyoloron Supplements können auch helfen. Falten aufzupolsten bis zu nen gewissen punkt. (Tiefe falten nicht).

Könntest auch noch AHA peelings nehmen. 1x die Woche. Um tote zellen zu entfernen.

Oder Alternativ mitte Chemie keule kommen. 1x alle 6 Monate. Sowas wie Milchsäure /Gylkolsäure nehmen, um schwache bis mitteltiefe los zu werden.

Rotlicht maske kann auch Helfen , oder guck dir mal Microcurrent an. Das Stimmuliert deine Gesichts muskeln, das kann gegen Sachen wie Hängende Augen lider und auch Muskelschwund , was im höheren alter passiert. Verhindern. Zumindestens bei regelmäßgier anwendung.

Bzw. du solltest auch viel Gemüse /Obst Essen . Dein Zuckerkonsum (extrem runter packen) , keine Milchprodukte.Auch Fertigprodukte ggf. mit viel Salz vermeiden.

Hähnchen/Eier/Gemüse/Obst /lachs/Fisch, darauf solltestest dich konzentieren.

Gibt auch noch Listen, welche Sachen also Lebensmittel , nen gewissen Anti aging effekt haben.

Könntest auch sowas wie *Knochenbrüche kaufen*. Aber empfind ich persönlich, auf dauer zu teuer. Zahlst für nen Relativ kleines Glas, fast 6 euro.

Derमारolling/Dermapen 1x pro Woche, wäre auch ne möglichkeit. Boosted Kolllagen um 300%.

Sowie mindestens 3-4 Tage die Woche sport treiben. Cardio/Gewichts training.

Hat auch nen Anti aging effekt bzw. macht die Haut auch dicker und Fördert Wachstumshormone.

Sachen wie. Hormone nehmen haben auch nen gewissen Anti aging effekt : Also ne Hormonersatz therapie machen. Weil dein Testo/wachstumshormon/Dhea level etc im alter immer weiter absinkt.

Sonnenschutz kleidung , wie Sonnebrille und ggf für den Halswas und Sonnenhut im sommer, bringen auch gewiss was.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 24 Apr 2025 19:55:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Du solltest Grundsätzlich die Sonne Meiden sogut wie es geht.
Glaubst du, das ist der richtige Weg?
Ich kenne Leute, die die Sonne meiden wie der Teufel das Weihwasser.
Und alle haben kranke Haut!
Ein Insektenstich... etwas Rasur.. und schon haben die eine entzündete rote Haut.

Und das soll gesund sein?

Leute, die in Maßen in die Sonne gehen, haben meiner Meinung nach die gesündeste Haut. Denn die Sonne sorgt für Entzündungshemmung. Gleichzeitig fährt sie das antioxidative Schutzsystem hoch. Genau das, was bei Leuten die nie in die Sonne gehen fehlt!

Jeden Tag 5-10 Min Sonne sind sicher besser als 0 Min.
Sowas kann nicht gesund sein.
Das gleiche gilt für die Augen.
Besser keine Sonnenbrille tragen.
Das schützt die Augen. Denn UV-Licht brauchen die Augen.

Ich habe mein ganzes Leben noch nie eine Sonnenbrille getragen und habe mit über 40 Jahren die beste Sehkraft die es gibt. Und das, obwohl ich den ganzen Tag am Computer bin (wenn ich mich nicht gerade am Strand sonne, lach). Muss natürlich nichts mit der Sonne zu tun haben.

Aber ich vermute schon.

Siehe:

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/bibliothek/koerper/augen/sonnenbrille-schaedlich>

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Sweety1988](#) on Fri, 25 Apr 2025 09:23:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Norwood

Das mit der Sonne , ist nen Schweres Thema,

Wenn man wirklich auf die Influencer wie Chris Gibson/Anastia hört , die gehen nie ohne Sonnenschutz raus laut eigener aussage.

Wenn man jedoch Leute wie Chuando tan ansieht, der asiatische der aussieht wie 25 mit fast 60.

Der geht in die Sonne.. Aber das Problem bei den , das liegt bei den in der asiatischen Genetik.

Er hat grundsätzlich dicke Haut.

Keine Ahnung was wirklich gesund/Schlecht ist.

Also aus medizinischer Sicht.

Das mit der Sonnenbrille sag ich auch nur, nicht nur wegen deiner Haut.

UV Strahlen/In der Sonne Gucken usw. Kann Grauen stark mehr und mehr begünstigen im hohen Alter.

Auch wenns ,in meinem Fall bei sunken eyes bzw. die dünne untere Lidhaut, die Haut noch weiter schützt.

Sowie noch die Augen schützen kann.

Ich denke das ist der bessere Weg.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 25 Apr 2025 10:04:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sweety1988 schrieb am Fr., 25 April 2025 11:23@Norwood

Das mit der Sonne , ist nen Schweres Thema,

Wenn man wirklich auf die Influencer wie Chris Gibson/Anastia hört , die gehen nie ohne

Sonnenschutz raus laut eigener aussage.

Wenn man jedoch Leute wie Chuando tan ansieht, der asiater der aussieht wie 25 mit fast 60.

Der geht in die Sonne.. Aber das Problem bei den , das liegt bei den in der Asiatischen Genetik.

Er hat grundsätzlich dicke Haut.

Keine Ahnung was wirklich gesund/Schlecht ist.

Also aus medizinischer Sicht.

Das mit der Sonnenbrille sag ich auch nur, nicht nur wegen deiner Haut.

UV Strahlen/In der Sonne Gucken usw. Kann Grauen stark mehr und mehr begünstigen im hohen Alter.

Auch wenns ,in meinem Fall bei sunken eyes bzw. die dünne untere Haut, die Haut noch weiter schützt.

Sowie noch die Augen schützen kann.

Ich denke das ist der bessere Weg.

Lies dir das mal durch:

<https://www.zentrum-der-gesundheit.de/bibliothek/koerper/augen/sonnenbrille-schaedlich>

Ich bin der selben Meinung wie das ZDG.

Die Augen brauchen Sonnenlicht!

Die Natur hat das seit Millionen von Jahren so eingerichtet.

Kein Tier trägt eine Sonnenbrille!

Das ist eine neomodische Erfindung der Industrie.

In den Bergen mag das sinnvoll sein. Aber doch

nicht wenn man 10 Min am Strand spaziert.

Sowas kann nicht gesund sein!

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 15 Jun 2025 16:40:00 GMT

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

Zentrum der Gesundheit. x(

Sonnenschutz auch bei Wolken, Wasser, Sport und ein möglichst nicht entzündungssteigernder Lebensstil. Wenig Fleisch, viel Gemüse, Ballaststoffe, wenig Zucker, Zigaretten, Alkohol, Drogen und eine gute Schlafhygiene.

Gute Skin Care Routine kann auch nicht schaden und der Rest sind Gene.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [pilos](#) on Sun, 15 Jun 2025 17:07:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 24 April 2025 16:03
Fast alles ist Lebensstil.
Die Genetik spielt die geringste Rolle.

:lol:
x(
:thumbsdown:

haste keine ahnung

schaue dir nur diese künstler an welche von wokda Zigaretten und koks leben

bestes beispiel der terenzi

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 15 Jun 2025 18:04:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am So., 15 Juni 2025 19:07Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 24 April 2025
16:03
Fast alles ist Lebensstil.
Die Genetik spielt die geringste Rolle.

:lol:
x(
:thumbsdown:

haste keine ahnung

schaue dir nur diese künstler an welche von wokda Zigaretten und koks leben

bestes beispiel der terenzi

Wie bitte? Schauge dir doch nur mal die ganzen Bahnhofs-Penner an.
Niemand von denen sieht jung aus!
Es sei denn, er/sie ist erst 15.

Die sehen fast alle viel älter aus als sie sind!

Und Terenzi: Auf diesem Bild ist er 43:

https://upload.wikimedia.org/wikipedia/commons/9/91/Team_5%C3%BCnf_-_2022141205434_2022-05-21_Die_Schlagernacht_des_Jahres_-_Sven_-_1D_X_MK_II_-_1179_-_AK8I9629.jpg

So jung sieht der nicht mehr aus. Hat graue Haare, grauen Bart, Fältchen unterm Auge.

Bei Pop-Stars ist es zudem normal, dass sie sich viel mehr um ihr Äußeres kümmern, sprich: Mehr Hautpflege betreiben. Denn ihr Aussehen ist ihr Kapital.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Haar2O](#) on Sun, 15 Jun 2025 18:10:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Es ist fast alles Genetik.

Man nehme mal als Beispiel Brad Pitt. Der hat sein Leben lang geraucht, gekiffert und gesoffen und sieht mit 61 folgendermaßen aus:
<https://i0.web.de/image/548/39784548,pd=1,f=sdata11/brad-pitt-2025-cockpit.jpg>

Würde schätzen er sieht mind. 15, eher 20 Jahre jünger aus als er ist.

Ich bin jetzt kein Schönheitschirurg, aber ich möchte mal behaupten dass bei dem weder was geschnibbelt noch Botox verwendet wurde, dazu noch diese Haargenetik. Man sollte sich halt vernünftige Eltern aussuchen.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 15 Jun 2025 18:10:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Sonnenschutz auch bei Wolken

Mach du mal..

Damit tust du deiner Haut keinen Gefallen.

Deine Haut hat Vitamin D-Rezeptoren, die auch mal aktiviert werden wollen.

Eine Haut, die jahrelang keine Sonne sieht, wird kaum antioxidative Kapazität haben. Diese wird von Jahr zu Jahr weiter runtergefahren. Denn was nicht gebraucht wird, wird abgebaut.

Wenn du dann eines Tages doch mal den UV-Schutz vergessen solltest, wirst du schon nach 10 Min. einen Sonnenbrand bekommen. Weil deine Haut NULL auf UV-Strahlung trainiert ist. Wie ein Hampelmann, der noch nie in seinem Leben 1 kg Gewicht in die Hand genommen hat. Keine Muskeln... Weil nie welche gebraucht wurde.

2x/Woche 10 min. Sonne wäre gut. Und zusätzlich starker antioxidativer Schutz (z.B. Rosmarin oder NAC) von innen UND außen.

Wenn du dein Gesicht niemals der Sonne aussetzt, wird die Haut dort auch sehr empfindlich. Sicher hast du oft mit Rasurpickeln zu kämpfen. Stimmts? Und die Haut heilt auch langsam. Weil das Immunsystem überreagiert. Durch UV-Strahlung wird es gebremst und die Haut wird gesünder.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 15 Jun 2025 18:41:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar20 schrieb am Sun, 15 June 2025 20:10Es ist fast alles Genetik.

Man nehme mal als Beispiel Brad Pitt. Der hat sein Leben lang geraucht, gekifft und gesoffen und sieht mit 61 folgendermaßen aus:
<https://i0.web.de/image/548/39784548,pd=1,f=sdata11/brad-pitt-2025-cockpit.jpg>

Würde schätzen er sieht mind. 15, eher 20 Jahre jünger aus als er ist.

Ich bin jetzt kein Schönheitschirurg, aber ich möchte mal behaupten dass bei dem weder was geschnibbelt noch Botox verwendet wurde, dazu noch diese Haargenetik. Man sollte sich halt vernünftige Eltern aussuchen. Der sieht doch nicht (mehr) jung aus! Hat voll viele Falten.

Vergleiche das mit ihm:
<https://www.the-sun.com/health/11086543/man-mistaken-for-younger-age-defying-routine-anti-aging/>

Der ist 57, sieht aus wie 17. Und bei ihm ist es nicht Genetik, sondern Lebensstil. Der macht halt unheimlich viel für ein junges Aussehen. Aber keine OPs.

Von nichts kommt nichts!

Und die Gene verändern sich ja auch ständig.
Sie sind nicht in Stein gemeißelt.
Das nennt sich Epigenetik durch Lebensstil.

Was die Haare von ihm betrifft:

Haare sind längst nicht so anfällig für den Alterungsprozess wie die Haut.

Es gibt viele 90-jährige mit dichtem Haar.

Aber keine 90-jährigen mit glatter Haut.

AGA ist ein Durchblutungs-Problem.

Manche haben eine gute Durchblutung, manche nicht.

Das ist zwar auch durch Alterung bedingt (Arteriosklerose), aber da sind längst nicht so viele von betroffen als von Hautalterung.

Arteriosklerose betrifft 50% aller Männer.

Hautalterung 100% (bis zum 100. Lebensjahr).

Zumindest habe ich noch keinen 100-jährigen mit glatter Haut gesehen.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 15 Jun 2025 23:22:33 GMT

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

Haar20 schrieb am So., 15 Juni 2025 20:10Es ist fast alles Genetik.

Man nehme mal als Beispiel Brad Pitt. Der hat sein Leben lang geraucht, gekifft und gesoffen und sieht mit 61 folgendermaßen aus:

<https://i0.web.de/image/548/39784548,pd=1,f=sdata11/brad-pitt-2025-cockpit.jpg>

Würde schätzen er sieht mind. 15, eher 20 Jahre jünger aus als er ist.

Ich bin jetzt kein Schönheitschirurg, aber ich möchte mal behaupten dass bei dem weder was geschnibbelt noch Botox verwendet wurde, dazu noch diese Haargenetik. Man sollte sich halt vernünftige Eltern aussuchen.

Hat vor zwei Jahren oder so mal die Stirn etwas straffen lassen soweit ich weiß. Als wäre das wirklich nötig gewesen.

Wenn Genetik keine Rolle spielt wüsste ich gerne was Norwood falsch gemacht hat. Was so viele Leute falsch machen die ihr Gesundheitsmindset wie eine Monstranz vor sich hertragen.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [pilos](#) on Mon, 16 Jun 2025 05:21:41 GMT

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

Haar2O schrieb am So., 15 Juni 2025 20:10Es ist fast alles Genetik.

Man nehme mal als Beispiel Brad Pitt. Der hat sein Leben lang geraucht, gekiff und gesoffen und sieht mit 61 folgendermaßen aus:

<https://i0.web.de/image/548/39784548,pd=1,f=sdata11/brad-pitt-2025-cockpit.jpg>

Würde schätzen er sieht mind. 15, eher 20 Jahre jünger aus als er ist.

Ich bin jetzt kein Schönheitschirurg, aber ich möchte mal behaupten dass bei dem weder was geschnibbelt noch Botox verwendet wurde, dazu noch diese Haargenetik. Man sollte sich halt vernünftige Eltern aussuchen.

kommt immer auf die perspektive

jetzt sieht er auch alt aus

<https://m.bild.de/unterhaltung/stars-und-leute/brad-pitt-neue-style-offensive-schriller-batik-partnerlook-mit-jimmy-fallon-684e8a0a97295a110fdf7e36>

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [HaartzIV](#) on Mon, 16 Jun 2025 06:26:44 GMT

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

Haar2O schrieb am So., 15 Juni 2025 20:10. Man sollte sich halt vernünftige Eltern aussuchen.

1)

Ob witzig gemeint oder nicht: geschmacklos und respektlos

2)

Meine beiden Elternteile sind im übrigen in meinem Alter nach objektiven Maßstäben deutlich attraktiver als ich gewesen. Ähnlichkeit ist trotzdem vorhanden, bevor jemand die Adobtiert-Karte zückt. Mein Vater hatte viel feinere Gesichtszüge und war ein womanizer.

3) Du kannst Merkmale oder auch Krankheiten erben, die im Stammbaum deutlich weiter zurück liegen. Genetische Prädisposition ist halt etwas komplexer, dachte das wäre in diesem Forum eigentlich bekannt.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [pilos](#) on Mon, 16 Jun 2025 07:33:56 GMT

klar, reine genetische rekombinatorik

oft sind geschwister derart verschieden, dass man denkt sie wären nur schulfreunde...

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Haar2O](#) on Mon, 16 Jun 2025 08:29:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

HaartzIV schrieb am Mo., 16 Juni 2025 08:26

1)
Ob witzig gemeint oder nicht: geschmacklos und respektlos
Wer sich von diesem augenzwinkernden Spruch tatsächlich ernsthaft angegriffen fühlt, sollte
mhn seine innere Verfassung tiefergehend ergründen. ;)

HaartzIV schrieb am Mo., 16 Juni 2025 08:26

2)
Meine beiden Elternteile sind im übrigen in meinem Alter nach objektiven Maßstäben
deutlich attraktiver als ich gewesen. Ähnlichkeit ist trotzdem vorhanden, bevor jemand die
Adobtiert-Karte zückt. Mein Vater hatte viel feinere Gesichtszüge und war ein womanizer.
Das kann durchaus sein, habe auch nie was anderes behauptet. Ich bin davon ausgegangen
dass der Leser den Satz: "Es ist fast alles Genetik" ausreichend differenziert einordnen kann,
aber dieses Forum unterwältigt mich immer wieder aufs Neue.

HaartzIV schrieb am Mo., 16 Juni 2025 08:26

3) Du kannst Merkmale oder auch Krankheiten erben, die im Stammbaum deutlich weiter
zurück liegen. Genetische Prädisposition ist halt etwas komplexer, dachte das wäre in
diesem Forum eigentlich bekannt.

Natürlich. Habe nie etwas anderes behauptet, siehe oben. Meine beiden Elternteile hatten in
meinem Alter (35) beispielsweise beide bereits eine Krebserkrankung hinter sich. Ich bin bis dato
davon verschont. Wenn man davon spricht dass es vorwiegend um Genetik geht, ist das auch
nicht mehr als der Versuch ein extrem komplexes Thema, unterkomplex in Worte zu packen. Aber
selbst das scheint viele schon zu verwirren.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Haar2O](#) on Mon, 16 Jun 2025 08:32:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Mo., 16 Juni 2025 07:21

kommt immer auf die perspektive

jetzt sieht er auch alt aus

<https://m.bild.de/unterhaltung/stars-und-leute/brad-pitt-neue-style-offensive-schriller-batik-partnerlook-mit-jimmy-fallon-684e8a0a97295a110fdf7e36>

Denke mal die Haarlänge macht auch was aus. Sieht auf speziell diesen Bildern auf jeden Fall älter aus, aber für 61 absolut top.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 16 Jun 2025 11:18:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar2O schrieb am Mo., 16 Juni 2025 10:32pilos schrieb am Mo., 16 Juni 2025 07:21

kommt immer auf die perspektive

jetzt sieht er auch alt aus

<https://m.bild.de/unterhaltung/stars-und-leute/brad-pitt-neue-style-offensive-schriller-batik-partnerlook-mit-jimmy-fallon-684e8a0a97295a110fdf7e36>

Denke mal die Haarlänge macht auch was aus. Sieht auf speziell diesen Bildern auf jeden Fall älter aus, aber für 61 absolut top.

Finde eher umgekehrt.

Auf dem ersten Bild (was du gepostet hast) sah er älter aus als auf den Fotos von der BILD.

Die BILD-Fotos sind doch alle nur von weiten, nicht nah genug.

Und dass man mit mm-Schnitt älter aussieht als mit längeren Haaren, kann man so auch nicht sagen.

Es gab hier vor 20 Jahren mal einen Schauspieler, der für sein sehr junges Aussehen bekannt war.

Der war damals 35, sah aber aus wie 20. Trotz mm-Frisur! Weiß leider den Namen nicht (mehr).

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Knorkell](#) on Mon, 16 Jun 2025 18:31:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Mo., 16 Juni 2025 07:21Haar2O schrieb am So., 15 Juni 2025 20:10Es ist fast alles Genetik.

Man nehme mal als Beispiel Brad Pitt. Der hat sein Leben lang geraucht, gekiffert und gesoffen und sieht mit 61 folgendermaßen aus:

<https://i0.web.de/image/548/39784548,pd=1,f=sdata11/brad-pitt-2025-cockpit.jpg>

Würde schätzen er sieht mind. 15, eher 20 Jahre jünger aus als er ist.

Ich bin jetzt kein Schönheitschirurg, aber ich möchte mal behaupten dass bei dem weder was geschnibbelt noch Botox verwendet wurde, dazu noch diese Haargenetik. Man sollte sich halt vernünftige Eltern aussuchen.
kommt immer auf die perspektive

jetzt sieht er auch alt aus

<https://m.bild.de/unterhaltung/stars-und-leute/brad-pitt-neue-style-offensive-schriller-batik-partnerlook-mit-jimmy-fallon-684e8a0a97295a110fdf7e36>

Könnte 45 sein.

Mal sehen wie er in wirklich vergreist aussieht. Irgendwann fällt jedes Gesicht runter.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Knorkell](#) on Mon, 16 Jun 2025 18:32:53 GMT

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

HaartzIV schrieb am Mo., 16 Juni 2025 08:26 Haar2O schrieb am So., 15 Juni 2025 20:10. Man sollte sich halt vernünftige Eltern aussuchen.

1)

Ob witzig gemeint oder nicht: geschmacklos und respektlos

2)

Meine beiden Elternteile sind im übrigen in meinem Alter nach objektiven Maßstäben deutlich attraktiver als ich gewesen. Ähnlichkeit ist trotzdem vorhanden, bevor jemand die Adobtiert-Karte zückt. Mein Vater hatte viel feinere Gesichtszüge und war ein womanizer.

3) Du kannst Merkmale oder auch Krankheiten erben, die im Stammbaum deutlich weiter zurück liegen. Genetische Prädisposition ist halt etwas komplexer, dachte das wäre in diesem Forum eigentlich bekannt.

Ist was dran. Ich bin auch wesentlich hübscher als meine Eltern. :lol:

Komme auch eindeutig nach meiner Oma. :pistol:

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Mon, 16 Jun 2025 18:51:53 GMT

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

Knorkell schrieb am Mo., 16 Juni 2025 20:31pilos schrieb am Mo., 16 Juni 2025 07:21Haar2O schrieb am So., 15 Juni 2025 20:10Es ist fast alles Genetik.

Man nehme mal als Beispiel Brad Pitt. Der hat sein Leben lang geraucht, gekiffert und gesoffen und sieht mit 61 folgendermaßen aus:

<https://i0.web.de/image/548/39784548,pd=1,f=sdata11/brad-pitt-2025-cockpit.jpg>

Würde schätzen er sieht mind. 15, eher 20 Jahre jünger aus als er ist.

Ich bin jetzt kein Schönheitschirurg, aber ich möchte mal behaupten dass bei dem weder was geschnibbelt noch Botox verwendet wurde, dazu noch diese Haargenetik. Man sollte sich halt vernünftige Eltern aussuchen.

kommt immer auf die perspektive

jetzt sieht er auch alt aus

<https://m.bild.de/unterhaltung/stars-und-leute/brad-pitt-neue-style-offensive-schriller-batik-partnerlook-mit-jimmy-fallon-684e8a0a97295a110fdf7e36>

Könnte 45 sein.

Mal sehen wie er in wirklich vergreist aussieht. Irgendwann fällt jedes Gesicht runter.

Mach Gesichtsyoga oder Microcurrent

Das Stimuliert deine Muskeln bzw. so kannst du immerhin verhindern dass du hängende Augenlider /Marionettenfalten und Starke Nasolabialfalten bekommst bzw. nen Truthahnhalbes.

Jedoch, verhindert das nicht, nen Fettverlust im Gesicht/Bzw. dass die Haut dünner wird.

Die kann man künstlich mit anderen Mitteln verdicken, also die Haut. Treitnoin/Vitamin C/ und andere Behandlungen, wie Thermage.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Haar2O](#) on Mon, 16 Jun 2025 21:25:45 GMT

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

Knorkell schrieb am Mo., 16 Juni 2025 20:31

Mal sehen wie er in wirklich vergreist aussieht. Irgendwann fällt jedes Gesicht runter.

Et voilà <https://postimg.cc/1gXbpmbm>

Das ist im Übrigen das Ergebnis, welches man bekommt, wenn man ChatGPT ein Bild von Pitt aus 1993 (30 Jahre alt) gibt und eine realistische Alterung zu einem 61-jährigen wünscht.

Nach Recherche der KI sehen Menschen mit 61 also so oder so ähnlich aus.

Ich könnte mir vorstellen, dass das vor 100-200+ Jahren auch der Fall war. Generell würde ich sagen, dass der Großteil der Bevölkerung heutzutage optisch langsamer altert als zu früheren Zeiten, zumindest suggerieren mir das viele Bilder aus dem 19. und 20. Jahrhundert.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Haar2O](#) on Mon, 16 Jun 2025 21:57:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sweety1988 schrieb am Mo., 16 Juni 2025 20:51

Jedoch, verhindert das nicht, den Fettverlust im Gesicht/Bzw. dass die Haut dünner wird.

Die kann man künstlich mit anderen Mitteln verdicken, also die Haut. Tretinoin/Vitamin C/ und andere Behandlungen, wie Thermage.

Nicht nur Fettverlust. Ein erheblicher (wahrscheinlich sogar wichtigerer) Faktor ist die mit dem Alter schwindende Fähigkeit der Haut Wasser zu halten. Das erzeugt diesen "eingefallenen" Look am Ende. Retinoide + Vit.C + Sonnencreme sind sicher Stand jetzt die Big 3 wenns um Hautalterung und "Wirkstoffe" geht.

Bei Retinoiden geht es, so wie es aussieht, um die Bindung an den entsprechenden Retinoid-Rezeptor, welcher für die Kollagenbildung stimuliert werden muss, von welchem es 3 Typen gibt.

Relevant für die Gesichtshaut ist der γ -Rezeptor. Die Wirkstoffe, die den γ -Rezeptor am effektivsten stimulieren sind: Tretinoin, Adapalen, Tazaroten und Trifaroten.

Trifaroten hat laut aktueller Studienlage die höchste Bindungsaffinität und ist am verträglichsten. Allerdings gibts, soweit ich weiß keine direkten Studien im Vergleich mit Tretinoin.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 16 Jun 2025 22:53:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haar2O schrieb am Mon, 16 June 2025 23:57Sweety1988 schrieb am Mo., 16 Juni 2025 20:51

Jedoch, verhindert das nicht, den Fettverlust im Gesicht/Bzw. dass die Haut dünner wird.

Die kann man künstlich mit anderen Mitteln verdicken, also die Haut. Tretinoin/Vitamin C/ und andere Behandlungen, wie Thermage.

Nicht nur Fettverlust. Ein erheblicher (wahrscheinlich sogar wichtigerer) Faktor ist die mit dem Alter schwindende Fähigkeit der Haut Wasser zu halten. Das erzeugt diesen "eingefallenen" Look am Ende. Retinoide + Vit.C + Sonnencreme sind sicher Stand jetzt die Big 3 wenns um Hautalterung und "Wirkstoffe" geht.

Bei Retinoiden geht es, so wie es aussieht, um die Bindung an den entsprechenden Retinoid-Rezeptor, welcher für die Kollagenbildung stimuliert werden muss, von welchem es 3 Typen gibt.

Relevant für die Gesichtshaut ist der α -Rezeptor. Die Wirkstoffe, die den γ -Rezeptor am effektivsten stimulieren sind: Tretinoin, Adapalen, Tazaroten und Trifaroten.

Trifaroten hat laut aktueller Studienlage die höchste Bindungsaffinität und ist am verträglichsten. Allerdings gibts, soweit ich weiß keine direkten Studien im Vergleich mit Tretinoin.

Und Spermidin nicht zu vergessen.

Das wirkt auch gleichzeitig AGA entgegen. Ist ja praktisch.

Bei Mäusen verhinderte es die typischen kahlen Stellen im Alter.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [HaartzIV](#) on Tue, 17 Jun 2025 06:06:34 GMT

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

Haar20 schrieb am Mo., 16 Juni 2025 23:25 Knorkell schrieb am Mo., 16 Juni 2025 20:31
Mal sehen wie er in wirklich vergreist aussieht. Irgendwann fällt jedes Gesicht runter.
Et voilà <https://posting.cc/1gXbpmbm>

Das ist im Übrigen das Ergebnis, welches man bekommt, wenn man ChatGPT ein Bild von Pitt aus 1993 (30 Jahre alt) gibt und eine realistische Alterung zu einem 61-jährigen wünscht. Nach Recherche der KI sehen Menschen mit 61 also so oder so ähnlich aus.

Ich könnte mir vorstellen, dass das vor 100-200+ Jahren auch der Fall war. Generell würde ich sagen, dass der Großteil der Bevölkerung heutzutage optisch langsamer altert als zu früheren Zeiten, zumindest suggerieren mir das viele Bilder aus dem 19. und 20. Jahrhundert.

Wir reden hier aber in Fall von Pitt von absoluter Ausnahme-Genetik, also einer one in a million. Auch wenn viele naiverweise behaupten, er würde hier null gegensteuern und ein Lotterleben führen - Rofl, mit Sicherheit! Das sind Profi-Schauspieler, deren Look essenziell für die Karriere und dessen Fortbestehen ist. Mal ein analoges Beispiel: Kein Profifußballer kann alleine durch großes Talent langfristig mithalten. Man muss diese Begabung durch hartes Training pflegen und optimieren. Siehe Cristiano Ronaldo.

Ja, die Bevölkerung altert optisch langsamer, ist aber auch insgesamt kränklicher und wird eher durch medizinischen Fortschritt am Leben erhalten. Gibt ne ganze Reihe an "Neuzeitkrankheiten".

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Vikki](#) on Tue, 17 Jun 2025 08:05:48 GMT

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

Zitat:According to a recent study into the molecular changes associated with aging, humans experience two drastic lurches forward, one at the average age of 44, and the other at the average age of 60.

<https://www.sciencealert.com/humans-age-faster-at-2-specific-times-in-their-life-study-finds>

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Tue, 17 Jun 2025 13:28:56 GMT

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

Vikki schrieb am Di., 17 Juni 2025 10:05Zitat:According to a recent study into the molecular changes associated with aging, humans experience two drastic lurches forward, one at the average age of 44, and the other at the average age of 60.

<https://www.sciencealert.com/humans-age-faster-at-2-specific-times-in-their-life-study-finds>

Das mit Hormonellen Änderungen zu tun.

Sowie die Sachen , also die Altersangaben sind nur nen Schnitt.

Manche Altern Früher /Später.

Hab Online Gelesen, manche haben mit 40 , 0 Falten bzw. die machen nichts dagegen.

Bzw. kriegen mit 45-50 die ersten falten.

Manche, wie ich habens schon mit 34+.

Hatte mit 34 schon Falten um die Augen gehabt.

Und mit 35, bemerkt das meine Haut dünner wurde sowie ichnen fettverlust unter meinen augen bekommen habe.

Sowie .. Ich bin an Manchen Falten Selber Schuld.

Schlaffalten, können durch Seitenschlafen/Bauchschlafen auftreten.

Bzw. hab mir im Wangen bereich, nen paar Schlaffalten reingehauen, durch Schlafen.

@Norwood

Was die Haut angeht, ich Bezweifel das Supplements überhaupt nen Einfluss großartig auf die Haut haben.

Die Youtuberin *Länger Leben mit Antastasia*, ist schon nen Extremes beispiel dafür, das es nicht Funktioniert.

Die nimmt XX Supplements pro Tag. Ich nehm schon nen paar , aber die Übertreibst bzw. die nimmst selbst supplements die Monatlich 120-200 Euro Kosten.

Zusätzlich nimmt die auch noch Treitnoin und Sonnenschutzcreme.

Sowie die macht JEDEN TAG Sport.
Dazu noch rein pflanzlich basiertes Essen.
Sowie nen zucker verzicht bzw. kein fertiggessen /süßigkeiten etc.

Zusätzlich hat die noch ne Rotlicht Maske fürs gesicht

Sowie die ist 40-41 Jahre Alt.

Bzw. im endeffekt, hatse vor kurzen vor 1-2 Monaten nen Video gepostet.
Das sie ne PRP (Gesichtsbehandlung) was man auch Vampirlifting , gemacht hat. Zusätzlich noch RF Microneedling.

Bzw. letztes jahr hatse nen CO2 laser treatment gemacht.

Ich meine mit Supplements, kannste zwar das innerliche Altern verlangsamten bz. für dein Wohlbefinden was machen.
ggf. auch das die Haut durch UV Schäden, langsamer Altert.

Aber , ich bezweifel das mans Aufhalten kann.

Alle Leute , die sowas machen bzw. auf Anti aging fokussiert sind. Haben alle Alterserscheinungen, auf die eine oder andere Art.

Selbst der Chris Gibbson der 60 ist. Hat nen fettverlust unter den augen bzw. Nimmt Hyaluron creme die bis 8 std pro tag hält.

Das hatte Pilos mal gesagt bzw. ich gebe ihn 10000000% Recht.

Bei Manchen Leuten ist das *Genetik*

Das die Langsamer /Besser Altern.

Selbst in Fernsehen bei Shows , ich rede nicht von Serien /Filme.

Ich meine wo du Leute siehst , normale. Die interviewt haben.

Manche Haben Augenringe/sunken eyes. Manche haben Glück im Unglück. Die haben zwar keine Sunken Eyes. Dafür extreme Krähenaugen/Falten um auge. Die teilweise bis zum Haaransatz gehen.

Ich rede von Leute die Mindestens 50-60 sind.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Tue, 17 Jun 2025 13:47:45 GMT

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

Haar2O schrieb am Mo., 16 Juni 2025 23:57Sweety1988 schrieb am Mo., 16 Juni 2025 20:51

Jedoch, verhindert das nicht, den Fettverlust im Gesicht/Bzw. dass die Haut dünner wird.

Das kann man künstlich mit anderen Mitteln verdicken, also die Haut. Treitnoin/Vitamin C/ und andere Behandlungen, wie Thermage.

Nicht nur Fettverlust. Ein erheblicher (wahrscheinlich sogar wichtigerer) Faktor ist die mit dem Alter schwindende Fähigkeit der Haut Wasser zu halten. Das erzeugt diesen "eingefallenen" Look am Ende. Retinoide + Vit.C + Sonnencreme sind sicher Stand jetzt die Big 3 wenns um Hautalterung und "Wirkstoffe" geht.

Bei Retinoiden geht es, so wie es aussieht, um die Bindung an den entsprechenden Retinoid-Rezeptor, welcher für die Kollagenbildung stimuliert werden muss, von welchem es 3 Typen gibt.

Relevant für die Gesichtshaut ist der γ -Rezeptor. Die Wirkstoffe, die den γ -Rezeptor am effektivsten stimulieren sind: Tretinoin, Adapalen, Tazaroten und Trifaroten.

Trifaroten hat laut aktueller Studienlage die höchste Bindungsaffinität und ist am verträglichsten. Allerdings gibts, soweit ich weiß keine direkten Studien im Vergleich mit Tretinoin.

Ne,

Die Haut spielt ne kleinere Rolle als du denkst. Das hieß früher immer, die Haut sei Schuld am Altern. Das ist falsch.

Gewisse Faktoren stimmen zwar, die du sagtest.

Das die Haut weniger/schlechter Feuchtigkeit speichern kann. Aber das kann man im Griff halten mit z.B.: Hyaluron Supplementen/Creme / Feuchtigkeitscreme.

Dazu noch kommen Sachen, dass die Haut, abgestorbene Zellen, nicht mehr richtig abstoßen kann. Bzw. man z.B. mindestens 1x die Woche ein Waschpeeling machen sollte. Oder sowas wie BHA /AHA Peeling.

Der Hauptgrund (Kannst du googeln), ist wirklich wahr.

Liegt an Muskel Schwund, den du am ganzen Körper kriegst. Wenn du nichts dagegen machst. Also im Alter. Den betrifft auch das Gesicht/Hals. Zusätzlich, noch Knochenveränderung im Gesicht.

Dazu noch der Fettverlust.

Wie gesagt.. gegen Fettverlust kannst du nicht viel machen. Das es nicht statt findet.

Man sollte nur nicht zu schnell, zuviel Gewicht verlieren bzw. sein Gewicht halten. Ist das Beste was man machen kann.

Gegen den Knochenschwund.. Kannst du K2/D3 nehmen und Sport machen. zumindestens ums

verlangsamen.

Rein die Haut, hat am Wenigstens einfluss (Also ohne Muskeln/Fett/Bindegewebe/Knochen) mitzuzählen)

Also das man nen Eingefallens Gesicht kriegt.

Bei mir war /ist das der Fall, das ich zb Marionetten Falten bekommen habe. Das ich ich unter den Augen nen Fettverlust habe bzw. in den Wangen auch. Dann ist die Haut nach Untern gerutscht. Was natürlich ist. Die Hautschichten, die Oberen . Haben nicht so nen großen einfluss.

Bzw. Hängenden Augenlieder, haste auch wegen Muskelschwund. Nicht wegen der Oberen Hautschicht.

Mach jeden Tag Gesichts Training gegen Hängen augenlieder oder Besorg, dir alternativ nen Anständiges Microcurrent gerät. Bzw. das die Muskeln stimuliert. Sowie du wirst auch keine hängenden augenlieder bekommen (sofern du es durchziehst).

Außerdem..Wenn du sowas haben solltest bzw. Operativ entfernt haben wollen würdest.

Würden die Ärzte/Chirugen, die Fett und Muskelgewebe weg schneiden. Zusätzlich zu der Haut.

Bzw. Sowie zusätzlich Baut noch die Hyoloron produktion und Kollagenproduktion ab.

also im Körper.

Dazu kommen noch andere Sachen wie:

Das die Hormonproduktion abnimmt. Aber das ist bei mir kein Thema : Weil ich auf Hormon Ersatz therapie seit Jahren bin. Bzw. die Hormone so oder so, Künstlich Zu geführt werden.

Dazu noch das, dasss DHEA level abnimmt.

Zusätzlich noch die Wachstumhormone... Aber die kannste durch Sport,selbst erzeugen.

Glaub das wars, wenn ich nichts vergessen habe.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 17 Jun 2025 13:53:43 GMT

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

Zitat:Das hatte Pilos mal gesagt bzw. ich gebe ihn 10000000% Recht.

Bei Manchen Leuten ist das *Genetik*

Nein!

Die beiden, die mit 50 bzw. 57 noch wie 17 aussehen und nicht etwa "nur" 10 Jährchen jünger, fahren alle extreme Maßnahmen!

Von nichts kommt nichts!

Und natürlich wirken auch Supplemente gegen Falten.
V.a. Kollagen, Vitamin C, Spermidin und Antioxidantien.
Dazu gibt es Studien.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Sweety1988](#) on Tue, 17 Jun 2025 15:48:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Di., 17 Juni 2025 15:53Zitat:Das hatte Pilos mal gesagt bzw. ich gebe ihn 10000000% Recht.

Bei Manchen Leuten ist das *Genetik*
Nein!

Die beiden, die mit 50 bzw. 57 noch wie 17 aussehen
und nicht etwa "nur" 10 Jährchen jünger, fahren alle
extreme Maßnahmen!
Von nichts kommt nichts!

Und natürlich wirken auch Supplemente gegen Falten.
V.a. Kollagen, Vitamin C, Spermidin und Antioxidantien.
Dazu gibt es Studien.

Kollagen wirkt etwa 20-30% Auf die Kollagen produktion
C wirkt ohne A+E nicht also für die Kollagenproduktion. Zumindestens innerlich.
Auf die Haut als Serum/Creme siehts wieder anders aus.

Bzw. Spermidin, das es wirkt ist nicht eindeutig Belegt

Zitat:Spermidin ist eine körpereigene Substanz, die auch in vielen Lebensmitteln vorkommt und in einigen Studien eine positive Wirkung auf die Gesundheit gezeigt hat. Es wird vermutet, dass Spermidin zelluläre Prozesse wie die Autophagie unterstützt, was zu einer Verjüngung der Zellen führen könnte. Einige Studien deuten darauf hin, dass eine spermidinreiche Ernährung mit einem geringeren Risiko für altersbedingte Krankheiten und einer längeren Lebenserwartung verbunden sein könnte. Allerdings sind die Ergebnisse nicht eindeutig, und es gibt auch Studien, die keine positiven Auswirkungen von Spermidin-Nahrungsergänzungsmitteln auf die Gesundheit von Menschen gefunden haben.

Bzw. gibt auch Studien, wo bei Leuten die Spermidin nehmen. Es nicht mal im Blutkreislauf nachgewiesen werden konnte,.

Sowie bei manchen ist es Genetik.
Guck dir : Jared Leto an

<https://www.watson.de/imgdb/e664/Qx,F,56,100,1890,1234,833,555,333,222/4105647078639908>

Der ist 53 Jahre Alt.

Der Lebt Vegan, Treibt Sport .

Aber, bei ihn liegts inne Familie /Genetik

Kannst seine Mutter und Bruder mal angucken.

Die sehen alle für Ihr Alter noch Jung aus.

Leto würdeste im Normal Fall, vlt mitte/ende 30 Schätzen oder Höchstens Anfang 40.

Also mindestens über 10 Jahre Jünger, als er eigentlich ist.

Manches ist Genetik.

Genau wie mit den Asiaten, weil die ne Dickere Haut haben.

Sowie manche Altern Grundsätzlich Langsamer.

Auch wenns nen paar Jahre sind.

Bzw. manche Sehen auch , altersbedingt Älter aus , als sie sind oder Jünger. Trotz Grauen Haaren.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 17 Jun 2025 18:46:11 GMT

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

Wieso 40? Dieses Porzellanpuppengesicht sieht aus wie 20.

https://imagenes.20minutos.es/files/image_1920_1080/uploads/imagenes/2015/02/12/166851.jpg

Ich denke, es liegt an einer Kombi von Lifestyle + Genetik.

Aber Lifestyle hat eindeutig einen viel größeren Einfluss.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [HaartzIV](#) on Tue, 17 Jun 2025 22:55:12 GMT

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

Haar20 schrieb am Mo., 16 Juni 2025 10:29HaartzIV schrieb am Mo., 16 Juni 2025 08:26

1)

Ob witzig gemeint oder nicht: geschmacklos und respektlos

Wer sich von diesem augenzwinkernden Spruch tatsächlich ernsthaft angegriffen fühlt, sollte
mn seine innere Verfassung tiefergehend ergründen. ;)

Man kann auch einfach mal sachlich bleiben.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Sweety1988](#) on Wed, 18 Jun 2025 13:08:03 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Di., 17 Juni 2025 20:46Wieso 40? Dieses

Porzellanpuppengesicht sieht aus
wie 20.

https://imagenes.20minutos.es/files/image_1920_1080/uploads/imagenes/2015/02/12/166851.jpg

Ich denke, es liegt an einer Kombi
von Lifestyle + Genetik.

Aber Lifestyle hat eindeutig einen viel
größeren Einfluss.

Weil Menschen Unterschiedlich Altern.

Es gibt manche die haben mit 40 , nen Faltenfreies Gesicht.

Bzw. kriegen die erstem it 50-60.

Manche haben mit 30 oder darunter/Darüber schon die ersten Falten.

Der hat dezente falten anne Augen, der Leto,
das er, wie gesagt 10-15 Jahre jünger ausieht, als er ist.
Ist so.

Aber bei den ist das Genetisch, wie gesagt google mal sein Bruder oder seine Mutter.
Die sehen alle Jünger aus, als die sind.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 18 Jun 2025 16:40:30 GMT

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

Ich sehe da keine Falten am Auge.

Und selbst wenn doch: Es gibt auch Teenies mit Falten am Auge,
die deswegen aber trotzdem nicht älter aussehen.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Knorkell](#) on Thu, 19 Jun 2025 16:43:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hat eben Glück gehabt.

Dass einer der ja durchaus Kapital aus genau dieser Eitelkeit schlägt mit Sicherheit nachhilft sollte auch klar sein.

Ich finde es interessant wie viele hier über Promigesichter reden. Selbst in weniger saturierten Kreisen wird absolut alles getan um das Altern zu verhindern. Deren Karrieren hängen davon ab.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 19 Jun 2025 17:36:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Knorkell schrieb am Do., 19 Juni 2025 18:43 Hat eben Glück gehabt.

Dass einer der ja durchaus Kapital aus genau dieser Eitelkeit schlägt mit Sicherheit nachhilft sollte auch klar sein.

Ich finde es interessant wie viele hier über Promigesichter reden. Selbst in weniger saturierten Kreisen wird absolut alles getan um das Altern zu verhindern. Deren Karrieren hängen davon ab.

Warum?

Man kann auch alt aussehen und trotzdem Karriere machen.

Z.B. Roland Kaiser.

Oder dieser eine faltige, grauhaarige Italiener.. Name entfallen.

Da stehen die Frauen total drauf, obwohl der Typ total alt und verbraucht aussieht.

Halte es für ein Gerücht, dass man nur als jung aussehender Mann Karriere machen kann.

Genau deswegen sind die meisten Männer ja auch so dermaßen uneitel.

Kaum ein Mann macht was gegen AGA!

Die Haarausfall-Bücher bei Amazon haben extrem schlechte Verkaufsränge.

Sogar der Kopp-Verlag verramscht die Bücher für nen Appel und nen Ei, weil die keiner lesen will.

Und hier im Forum ist auch sehr wenig los, dafür dass Millionen Männer von AGA betroffen sind, verirren sich hierher nur die aller wenigsten.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Knorkell](#) on Fri, 20 Jun 2025 10:43:49 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 19 Juni 2025 19:36Knorkell schrieb am Do., 19 Juni 2025 18:43Hat eben Glück gehabt.

Dass einer der ja durchaus Kapital aus genau dieser Eitelkeit schlägt mit Sicherheit nachhilft sollte auch klar sein.

Ich finde es interessant wie viele hier über Promigesichter reden. Selbst in weniger saturierten Kreisen wird absolut alles getan um das Altern zu verhindern. Deren Karrieren hängen davon ab.

Warum?

Man kann auch alt aussehen und trotzdem Karriere machen.

Z.B. Roland Kaiser.

Oder dieser eine faltige, grauhaarige Italiener.. Name entfallen.

Da stehen die Frauen total drauf, obwohl der Typ total alt und verbraucht aussieht.

Dicker. Selbst dir muss sich der Unterschied zwischen einem Zielpublikum von Roland Kaiser oder einem Jared Leto erschließen.

Welche Rollen spielt Leto denn so?

Vampire, Transpersonen, Emotwerps

Glaubst du mit dem Gesicht von Roland Kaiser hätte er glaubwürdig, als mitte 30 Jähriger, der Frontsänger von 30 Seconds to mars sein können? I doubt it.

Sein Gesicht ist sein Kapital. Denn er spielt nicht sonderlich gut und mit der Musik ist es ja auch schon länger vorbei.

Wie sähe es mit Bill Kaulitz aus? Der steht wenigstens dazu, dass er ständig was machen lässt. Wird in der Show über ihn und seinen Bruder sogar gezeigt.

Es ist Hollywood. Manche prägen ihren jugendlichen oder sonstwie attraktiven Look so früh, dass sie auf gewisse Rollen und Darstellungen festgenagelt werden. Dann gibt man entweder alles um sich das zu erhalten oder man verliert sein Gesicht und schwenkt um.

Sieh' dir Brad Pitt z.B. mal in seiner aktuellen Rolle an. Also ich weiß nicht sicher worum es in diesem Rennfahrerfilm geht, aber gefühlt ist der Mann mit seinen 62 (?) zu alt für so eine Rolle. Der stemmt sich auch mit Gewalt gegen das Altern weil er keinen Bock hat altersgerechte Rollen zu spielen.

Dass man vielen die Eingriffe und ständigen, teuren Behandlungen nicht ansieht liegt allein daran, dass vor Ort die besten der besten Anbieter verfügbar sind. Das sind eben keine Trash-TV Schmutzer die irgendwelche Botoxvisagen basteln.

Sieh dir an wie es Justin Bieber ergangen ist. Er wurde älter, seinen Stress sah man ihm an, die Haare wurden licht. Teenieschwarm ade. Das wird schon Einfluss auf seine Karriere gehabt haben. Käme er so toll damit klar hätte er sich keine neue Haarlinie zugelegt.

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 19 Juni 2025 19:36

Halte es für ein Gerücht, dass man nur als jung aussehender Mann Karriere machen kann.

Habe ich auch nicht gesagt. Aber du checkst es wieder nicht.

Ein Vincent D'onofrio oder ein Danny Devito haben auch ihre Karriere gemacht, aber ganz sicher nicht mit der Art von Rollen wie man sie einem Brad Pitt angeboten hat. x(

Danny Devito als Frontsänger von 30 Seconds to mars würde ich natürlich feiern. :twisted:

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 19 Juni 2025 19:36
Sogar der Kopp-Verlag verramscht die Bücher
für nen Appel und nen Ei, weil die keiner lesen will.
Dass du das weißt glaub' ich dir gerne. :lol:

Eitelkeit ist übrigens keine so geile Charaktereigenschaft. Eher eine unter der man
kontinuierlich leidet.

Dass sich keine Millionen Männer hierher verirrt liegt auch daran, dass Internetforen schon vr 10
Jahren dubiose Anachronismen für Spinner wie uns waren. 8) :thumbup:

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 20 Jun 2025 11:38:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Eitelkeit ist übrigens keine so geile Charaktereigenschaft.
Was wäre denn die Alternative?
Nicht eitel zu sein etwa?
Das würde bedeuten, dass sich alle Männer
richtig gehen lassen.

Und genau so ist es ja auch.
Sieht man täglich im Straßenbild.
Früher waren die Männer sehr viel gepflegter
und ordentlicher gekleidet als heute.
Überall dominieren Jogginghosen und schlabberige
3/4-Hosen. Mit so einem Aufzug hätte man
sich früher niemals aus dem Haus getraut.
Früher waren Männer sehr viel eitler als heute!

Schöne Kleidung war früher Ausdruck von Respekt.
Sich selbst gegenüber und anderen gegenüber.
Heute ist dieser Respekt verloren gegangen.
Die Leute haben weder Respekt vor sich selbst
und schon gar nicht vor anderen.
Es ist eine gewisse Gleichgültigkeit eingetreten.
Die Leute sagen: "Es ist mir egal wie andere über mich denken".
Sowas wäre früher unvorstellbar gewesen.
Früher kam man ohne Krawatte noch nicht mal in ein Restaurant,
weil es als respektlos galt.

Nach Corona hat sich alles noch viel weiter verschlimmert.
Die Leute waren noch nie so gammelig und verwahrlost gekleidet wie heute.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Sweety1988](#) on Fri, 20 Jun 2025 15:33:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Mi., 18 Juni 2025 18:40Ich sehe da keine Falten am Auge.
Und selbst wenn doch: Es gibt auch Teenies mit Falten am Auge,
die deswegen aber trotzdem nicht älter aussehen.
Der hat falten, wenn der die Augen zu macht.
Der Leto fährt inne USA wie Keano Reeves, mit der S-bahn inne USA.

Da gabs mal nen Youtube Short, mit so nen Künstler, der ihn gezeichnet hat, und ihn nen bild
geschenkt hatte. Da hatte mans gesehen.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Knorkell](#) on Fri, 20 Jun 2025 18:32:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 20 June 2025 13:38Zitat:Eitelkeit ist übrigens keine so
geile Charaktereigenschaft.
Was wäre denn die Alternative?
Nicht eitel zu sein etwa?
Das würde bedeuten, dass sich alle Männer
richtig gehen lassen.
Nee Mann. Etymologisch stammt der Begriff Eitelkeit aus dem Althochdeutschen und bedeutete
so viel wie "nichtig", "leer", "öde". Das trifft das Phänomen schon ziemlich gut.
Sich zu pflegen und sozialen Erwünschtheiten zu entsprechen ist etwas anderes. Ein
Mindestmaß an Kultuiertheit ist das Eingangstor für Fülle und Teilhabe, nicht Ausdruck
ihres Mangels. Auf einer einsamen Insel wäre das das aller erste was flöten geht.
Deiner Meinung nach laufen doch sowieso alle Männer außer dir Modegenie rum wie Penner.
Also was soll schon passieren? Dein Maßstab sind irgendwelche 13 Jährigen, dünnen Jungs
in Hotpants, wächserner Haut und verträumtem Schlafzimmerblick. Kein Wunder, dass du dein
Umfeld so ungnädig einstufst. :lol:
Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 20 June 2025 13:38
Und genau so ist es ja auch.
Sieht man täglich im Straßenbild.
Früher waren die Männer sehr viel gepflegter
und ordentlicher gekleidet als heute.
In bürgerlichen Kreisen vllt.
Da Anzüge heute ebenfalls von fleißigen bangladescher Kinderhänden produziert werden
und Milliardäre in Flip Flops rumrennen, signalisiert Mode nicht mehr zwingend Status und
Aufstieg.
Hätte ich nicht ein paar regelmäßige formelle Verpflichtungen hätte ich gar keine Anzüge
an der Stange hängen.
Schon gar nicht im Sommer. Ich habe mit kurzen Hosen und dünnem Shirt ja schon ständig
Schweißattacken. :?
Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 20 June 2025 13:38
Überall dominieren Jogginghosen und schlabberige

3/4-Hosen. Mit so einem Aufzug hätte man sich früher niemals aus dem Haus getraut.

Früher waren Männer sehr viel eitler als heute!

Das war keine Eitelkeit sondern sozialer Druck und konservativere Mode. Schlag den Begriff einfach nochmal nach.

Also ich bin häufig in Österreich und weiß, dass die Mode dort der in Deutschland recht ähnlich ist.

Seit 12 Jahren quatscht du von dominanten Jogging- und Dreiviertelhosen. Keine Ahnung was das für eine Gegend ist, aber nicht mal in prekären Schichten ist das aktuell die dominante Garderobe. Wobei Bermudas seit 3 Jahren oder so wieder in Mode kommen.

Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 20 June 2025 13:38

Schöne Kleidung war früher Ausdruck von Respekt.

Sich selbst gegenüber und anderen gegenüber.

Heute ist dieser Respekt verloren gegangen.

Die Leute haben weder Respekt vor sich selbst und schon gar nicht vor anderen.

Es ist eine gewisse Gleichgültigkeit eingetreten.

Die Leute sagen: "Es ist mir egal wie andere über mich denken".

Sowas wäre früher unvorstellbar gewesen.

Früher kam man ohne Krawatte noch nicht mal in ein Restaurant, weil es als respektlos galt.

Schon interessant wie kreativ völlige Querköpfe immer werden, wenn es darum geht einen Zankapfel zu finden durch den sie sich über ihr (i.d.R.) sozial oder beruflich wesentlich erfolgreicherer Umfeld erheben wollen.

Präventiöses Gefasel zur Komplexkompensation. x(

Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 20 June 2025 13:38

Nach Corona hat sich alles noch viel weiter verschlimmert.

Die Leute waren noch nie so gammelig und verwaorlost gekleidet wie heute.

Jaja und du bist der Geilste. Interessiert aber keinen.

Zum Thema. Ich behaupte Leto hat was machen lassen oder riesen Glück in der Genlotterie gehabt. :pistol:

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 20 Jun 2025 19:54:13 GMT

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

Zitat:Wobei Bermudas seit 3 Jahren oder so wieder in Mode kommen.

Waren die in den letzten 30 Jahren jemals nicht in Mode?

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?

Posted by [Knorkell](#) on Sat, 21 Jun 2025 12:57:15 GMT

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

https://www.recolution.de/cdn/shop/files/206007-302_1.jpg?v=1749581801&width=2048

https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSwMBq7VX9I-3OdDSy1mAFD16K4TOYKt14kGD7B7A4zHtMwj3Bv8EIYkBsnmL__kCvFeDU&usqp=CAU

<https://www.textilwaren24.eu/magazin/wp-content/uploads/2021/08/Kurze-Hosen-fuer-Herren-stilvoll-kombinieren.jpg>

Das war jahrelang in und ist nach wie vor nicht out.
Aber die frühen Nuller sind jetzt wieder da. Bei 20 Jährigen zumindest.

Ich bin down für eine Wette.

<https://pbs.twimg.com/media/EuhOXVWXYAkp4dk.jpg>

Ein Foto mit diesem Outfit in der Fußgängerzone.
Ich hab' damit gar kein Problem! Biste dabei?

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 21 Jun 2025 22:36:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Knorkell schrieb am Sa., 21 Juni 2025

14:57 https://www.recolution.de/cdn/shop/files/206007-302_1.jpg?v=1749581801&width=2048

https://encrypted-tbn0.gstatic.com/images?q=tbn:ANd9GcSwMBq7VX9I-3OdDSy1mAFD16K4TOYKt14kGD7B7A4zHtMwj3Bv8EIYkBsnmL__kCvFeDU&usqp=CAU

<https://www.textilwaren24.eu/magazin/wp-content/uploads/2021/08/Kurze-Hosen-fuer-Herren-stilvoll-kombinieren.jpg>

Das war jahrelang in und ist nach wie vor nicht out.
Aber die frühen Nuller sind jetzt wieder da. Bei 20 Jährigen zumindest.

Ich bin down für eine Wette.

<https://pbs.twimg.com/media/EuhOXVWXYAkp4dk.jpg>

Ein Foto mit diesem Outfit in der Fußgängerzone.
Ich hab' damit gar kein Problem! Biste dabei?
Diese Modelle gehen ja noch gerade so.
Ich erlebe in der Stadt jedoch weitaus längere Shorts.
Vor allem in Spanien und generell Südländern.
Je weiter man in den Süden kommt, desto länger die Shorts.
Was ich schade finde.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 22 Jun 2025 09:26:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gestern Abend (Samstag Nacht) unterwegs gewesen in der Stadt.
Das reinste Grauen!
Nur schlabberige 3/4-Hosen, so weit das Auge reicht!
Viel längere und schlabberige Shorts als auf deinen Fotos!

Schick gekleidete Leute? Fehlanzeige.

Es gab Zeiten, da hat man sich für Samstag Abends schick in Schale geschmissen.

Vorbei die Zeiten..
Sogar in Italien.
Obwohl das früher immer als STIL-Hotspot galt.
Doch Italien ist gefallen. Und zwar tief.
Auch dort dominieren jetzt schlabberige 3/4-Hosen
statt Leinenhosen und Hemden das Stadtbild.

Was einst als Eleganz galt, gilt heute als „zu bemüht“.
Und während der Gentleman stirbt, feiert der
Gammelman seinen Siegeszug:
Schlurfig, selbstzufrieden und modisch entmündigt.

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Knorkell](#) on Sun, 22 Jun 2025 10:21:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Da ich kein Designer, Produzent oder Verkäufer bin, finde ichs vor allem egal. :nod:

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Intoleranz1](#) on Sun, 22 Jun 2025 10:54:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie ist eure Erfahrung mit Micro needling im Gesicht?

Bringt es was? Wie oft sollte man und wie tief?
Wie oft den „stemp“ wechseln ?

Subject: Aw: Ist es normal, mit 43 ALT auszusehen?
Posted by [Sweety1988](#) on Mon, 23 Jun 2025 11:58:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Intoleranz1 schrieb am So., 22 Juni 2025 12:54Wie ist eure Erfahrung mit Micro needling im Gesicht?

Bringt es was? Wie oft sollte man und wie tief?

Wie oft den „stemp“ wechseln ?

Zum Stempel kann ich dir nichts sagen.#

Aber bei Microneedlen , wenn du es wöchentlich ist. Sollteste es nach Reinigung spätestens nach 12 Anwendungen (3 Monate), Weg schmeissen. Die Nadeln , werden halt irgendwann Stump ggf. verbiegen sich . Sowie richten mehr schaden an, an deiner Haut.

Aber Laut ner Freundin von mir, die Ausgebildete Kosmetikerin und der ich Vertraue was sowas angeht.

bzw. zich Erfahrungen von Leuten auch bestätigen.

Du solltest zumindestens da wo es geht im Gesicht mit 1,5 mm Arbeiten.

Zwischen (um den augen) am besten mit 0,75.

und Oberlippe auch.

Sowie 1x alle 7 tage

Am besten Sollteste IMMER , was dazu nehmen. Es gibt : Peptide für Microneedling und auch Hyaluron , was tief eindringen kann und auch Niacinmide und auch bei Amazon, gibts auch sowas wie Botox Light ,für die Haut zum needlen. Der effekt ist Mindestens 50% Schwächer als Botox bzw. darf nur übers needlen , inne haut gearbeitet werden, Ist zum Spritzen ungeeignet. Sowie zusätzlich , noch gesagt. Zumindestens bei Dermapens. Gibts verschiedene Aufsätze, unabhängig von der Länge. Wo die Nadeln Mehr zusammen sind oder weiter auseinander.

Um das Beste ergebnis zu Erzielen bei Falten /Anti aging, solltest da nen Aufsatz nehmen der Zusammen ist. Bzw. am meisten die Haut bearbeitet.

Damti erzielte besswre Ergebnisse.

Aber wenn man Schon Falten Hat,Effektiver ist es Zuhause nen TCA peeling zu machen.

So 25-30% TCA , sollte in den Meisten fällen reichen.Es gibt auch höheres bis 100%. Aber ich raate , für eigengebrauch alles bei 50% oder Höher ab. Kann zur Narben Bildung /Komplikationen führen. Aller höchstens 40% (aber sofern man nen paar behandlungen/erfahrung hinter sich hat. Das noch höhere nur beim Hautarzt. Bzw. man sollte dan auch, nen Peeling neutralisier haben. Handschuhe und ggf. noch peel pads .

Bzw. Nachträglich mit Tretinoin Arbeiten, sollte Theoretisch zumindestens Normale Falten die durch, Abgestorberne hutzellen. Die sich nicht ablösen verhindert werden.

Weils Tretinoin macht, was die Haut mit den altern verliert.

Bzw. Seitenschlafen/Bauchschlafen sollte auch vermieden werden. Erzeugt *Schalffalten*. Gibts wirklich.