
Subject: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 14 Jul 2025 14:29:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<https://www.youtube.com/watch?v=Rtw80SIVsWY>

Selbst zwischen Männern und Frauen gibt es keine Unterschiede im Unterhautfett im Gesicht.

Was im Alter passiert:
Das Kollagen nimmt ab. Dadurch sackt das Fett mehr nach unten.
Aber es gibt keinen Verlust an Fett.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [hallowelt](#) on Mon, 14 Jul 2025 16:11:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Mon, 14 July 2025 16:29
Was im Alter passiert: Das Kollagen nimmt ab.
Das Stratum corneum wird dicker und die Epidermis dünner..

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [DetConan](#) on Mon, 14 Jul 2025 17:58:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Bedeutet dies, dass die Einnahme von Kollagenpulver vorbeugend gegen Falten helfen würde?

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [pilos](#) on Mon, 14 Jul 2025 18:10:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wischi waschischon dadurch dass er nicht explizit und immer von deep fat und superficial fat spricht...

sondern nur von fat kann man das gesagte nicht ernst nehmen

und diese wissen existiert schon seit 20 Jahren

das eine wird mehr das andere weniger...alles andere ist bla bla

und dass fat absackt ist auch keine neue weisheit

klar wird verunstaltet wenn man das falsche fat aufspritzt

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Sweety1988](#) on Mon, 14 Jul 2025 18:44:06 GMT

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

DetConan schrieb am Mo., 14 Juli 2025 19:58Bedeutet dies, dass die Einnahme von Kollagenpulver vorbeugend gegen Falten helfen würde?

Ne

Das Hilft nur teilweise um etwa 30%. Das Löst das Problem nicht. Sowie du hast wie Pilos gesagt hat , trotzdem fett verlust.

Sowie ja auch die Haut wird dünner man verliert knochenmassen.

Gibt noch andere wegen um Kollagen Zusätzlich zu Boosten 1x die Woche
Dermarolling/Dermapen/Dermastempel boostet collagen für bis 1 woche um fast 300%.
Dazu noch Retinol/Retinal/Tretinoïn, tut den Kollagen/Elastin abbau vorbeugen bzw. dieses auch boosten.

Trotzdem, reicht das nicht um falten vorzubeugen

Kannst dir auch Schlaffalten reinhauen , siehe google.

Kannst durch zuviel Sonne , dir auch deine Haut ruinieren.

Sowie durch Hormonumstellungen. bzw. Alterung.

Sowie durch Genetik.

Wo ich etwas falten um Mund hatte fing ich an Kollagen zu nehmen , täglich ohne Pause, war am Anfang letztes Jahr. Wurd dan trotzdem schlimmer. Sowie mit Tretinoïn besser, die Marionettenfalten sind zwar noch da, aber um 70% Reduziert.

Außerdem hab ich leicht eingefallene wangen.Die haben an volumen verloren, das sieht man im spiegel. Kann aber bei mir auch durch Intervalfasten /HRT /Zu Schnelles abnehmen kommen.

Sowie unter Augen verliert man Fett, selbst wenns nach Unten sakkt. Bzw. durch Übungen wenns am Hals ist, kann man das auch abbauen.

Die Epidermis alleine ist nicht schuld dran. Jeder Mensch, der sich mal im Finger geschnitten hat. Weiß wie dick die Epidermis ist. Nur nen paar mm vlt 0,1 -0,2. Das alleine Reicht nicht um sowas wie Sunken eyes auszulösen: Das ist mehr als das.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 14 Jul 2025 21:14:44 GMT

Zitat: Außerdem hab ich leicht eingefallene Wangen. Die haben an Volumen verloren, das sieht man im Spiegel. Kann aber bei mir auch durch Intervallfasten /HRT /Zu Schnelles abnehmen kommen.

Ich habe dir doch bereits geschrieben,
dass das nicht ein Fettverlust ist, sondern ein zu viel an Fett.

Wenn du an den Wangen kein Fett hättest,
gäbe es gar keine Unterschiede zwischen Wangen und Augen.
Dann wäre alles gleichmäßig glatt.

Hier ist der Beweis:
<https://www.rarediseaseday.org/heroes/mdp-syndrome/>

Der hat eine genetische Krankheit, sodass er kein
Unterhautfett einlagern kann.
Trotzdem hat er weder eingefallene Augen, noch AGA.
Extrem dickes Haar sogar.

Zitat: Sowie unter Augen verliert man Fett.
Halte ich für ein Märchen.
Wenn kein Fett da ist, dann eben Kollagen.
Das reicht auch.

Und es kommt auch drauf an was für Falten du hast.
Wenn es eher oberflächliche sind, wird wahrscheinlich
Retinol besser wirken.
Bei hängenden Wangen eher orales Kollagen.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Sweety1988](#) on Tue, 15 Jul 2025 07:41:09 GMT

Norwood-packt-das-an schrieb am Mo., 14. Juli 2025 23:14Zitat: Außerdem hab ich leicht eingefallene Wangen. Die haben an Volumen verloren, das sieht man im Spiegel. Kann aber bei mir auch durch Intervallfasten /HRT /Zu Schnelles abnehmen kommen.

Ich habe dir doch bereits geschrieben,
dass das nicht ein Fettverlust ist, sondern ein zu viel an Fett.

Wenn du an den Wangen kein Fett hättest,
gäbe es gar keine Unterschiede zwischen Wangen und Augen.
Dann wäre alles gleichmäßig glatt.

Hier ist der Beweis:
<https://www.rarediseaseday.org/heroes/mdp-syndrome/>

Der hat eine genetische Krankheit, sodass er kein Unterhautfett einlagern kann. Trotzdem hat er weder eingefallene Augen, noch AGA. Extrem dickes Haar sogar.

Zitat: Sowie unter Augen verliert man Fett. Halte ich für ein Märchen. Wenn kein Fett da ist, dann eben Kollagen. Das reicht auch.

Und es kommt auch drauf an was für Falten du hast. Wenn es eher oberflächliche sind, wird wahrscheinlich Retinol besser wirken. Bei hängenden Wangen eher orales Kollagen.

Wie Erklärst du dann das viele im Alter Sunken eyes haben?

Die haut wird dünner das ist das eine ja. ABER die Epidermis ist generell sehr dünn. Nen paar mm
Selbst Ärzte/Mediziner erklären das so.

Sowie bei mir fehlt Volumen. Unter den Augen die Haut kann ich Extrem ziehen/Strecken.

Sowie rein nen Dermaroller/Dermapen und Tretinoin, was Kollagen extrem boostet, löst das Problem nicht.

Sowie ja an den Wangen hat man Fett.

Aber wenn das auch Weg wäre, hätte man noch mehr eingefallene Wangen. Sowie das Gesicht, sähe älter aus.

Sieht jetzt schon bei mir so aus.

Sowie die Krankheit kannste nicht gleich stellen.

Wenn ich recht im Kopf, altern diese extrem schnell. Bzw. der Körper entwickelt sich nicht richtig. Sowie die haben eine sehr geringe Lebenserwartung im Vergleich zum Normalen Menschen.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 15 Jul 2025 09:26:08 GMT

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

Sweety1988 schrieb am Di., 15. Juli 2025 09:41 Norwood-packt-das-an schrieb am Mo., 14. Juli 2025 23:14 Zitat: Außerdem hab ich leicht eingefallene Wangen. Die haben an Volumen verloren,

das sieht man im spiegel. Kann aber bei mir auch durch Intervalfasten /HRT /Zu Schnelles abnehmen kommen.

Ich habe dir doch bereits geschrieben,
dass das nicht ein Fettverlust ist, sondern ein zu viel an Fett.

Wenn du an den Wangen kein Fett hättest,
gäbe es gar keine Unterschiede zwischen Wangen und Augen.
Dann wäre alles gleichmäßig glatt.

Hier ist der Beweis:

<https://www.rarediseaseday.org/heroes/mdp-syndrome/>

Der hat eine genetische Krankheit, sodass er kein Unterhautfett einlagern kann.
Trotzdem hat er weder eingefallene Augen, noch AGA.
Extrem dickes Haar sogar.

Zitat:Sowie unter Augen verliert man Fett.
Halte ich für ein Märchen.
Wenn kein Fett da ist, dann eben Kollagen.
Das reicht auch.

Und es kommt auch drauf an was für Falten du hast.
Wenn es eher oberflächliche sind, wird wahrscheinlich Retinol besser wirken.
Bei hängenden Wangen eher orales Kollagen.

Wie Erklärst du dann das viele im Alter Sunken eyes haben?

Die haut wird dünner das ist das eine ja. ABer die Epidermis ist generel sehr Dünn. Nen paar mm
Selbst Ärzte/Mediziner erklären das so.

Sowie bei mir fehlt volumen. Unter der den Augen die haut kann ich Extrem ziehen/Strecken.

Sowie rein nen Dermaroller/Dermapen und Tretinoin, was kollagen extrem boostet, löst das Problem nicht.

Sowie ja an den Wangen hat man Fett.

Aber wenn das auch Weg wäre , hätte man noch mehr eingefallen wangen. Sowie das gesicht, sähe älter aus.

Sieht jetzt schon bei mir so aus.

Sowie die Krankheit kannste nicht gleich stellen.

Wenn ich recht im Kopf, altern diese extrem Schnell.
Bzw der Körper entwickelt sich nicht richtig. Sowie die haben ne sehr geringe lebenserwartung im vergleich zum Normalen Menschen.
Wie ich bereits sagte:
Du hast keine sunken eyes!
Du isst zu viel Fett. Deswegen hast du diese Hamsterbäckchen.
Deswegen gibt es diese Differenz zwischen Backen und Augen.
Hättest du schmale Wangen (so wie ich), also kein Fett im Gesicht, wäre alles gleichmäßig verteilt.
Dann gäbe es zwischen Augen und Wangen keine Differenzen.

Die KI sieht das auch so wie ich.
Und den Text dazu habe ich dir per PN ja bereits zugesandt.
Ich verstehe nicht warum du das einfach ignorierst.

Wenn überhaupt, dann hast du unterm Auge zu wenig Kollagen.
Aber nicht zu wenig Fett!

Dermastamp 3 mm schon probiert?
Den verwende ich auch unterm Auge.
Ich glaube nicht dass kürzere Nadeln als 3 mm funktionieren.
Die Nadeln müssen tief genug rein, um Kollagen zu stimulieren.

Du könntest auch Mängel haben:
- zu wenig Eiweiß
- zu wenig Vitamin C
- zu wenig Prolin und Lysin

Hast du Rizinusöl schon probiert?
Das soll die Augen wieder füllen.
Dazu gibt es eine Studie:
<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jocd.16056>

Siehe dir das Vorher-Nachher-Bild an!

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Sweety1988](#) on Tue, 15 Jul 2025 12:08:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: Wie ich bereits sagte:
Du hast keine sunken eyes!
Antwort: Ich sehs Anders , meine Haut war vor Sommer 2024, unter den Augen Deutlich

Fülliger/Dicker.

Ich hab bevor ich mit K2/D3 Angefangen habe (als supplement). Immer so nen Kribbeln/Bewegungen. In meinen Augenbereich gemerkt. Das irgendwas passiert. Sowie ich hab nachts wo ich Schlafen gegangen bin kurz davor. Nen Absacken meiner Haut bemerkt. Sowie ich habe keine V-Line Mehr an mein Kinn.

Es tuen sich ganz Leicht da , diese Fettpolster abzeichen, also Link/Rechts neben den Kinn. Die Viele im Alter haben (Hohen Alter). Aber das kann man Zuhause , selbst behandeln. Das Fett ,also das es Weg ist. Man Kriegt in Vielen Online Shops Ohne Ärztliche Qualifikationen /Nachweise .Bzw. die Sachen sind Rezeptfrei solche Mittel/Spritzen. Damit wirds so oder so behandelt. Wenn mans weg habenw ill.

Außerdem habe ich Marionetten Falten, die gefühlt auch wegen den , wie ichs meine *Sunken eyes* enstanden sind. Wenn ich theoretisch die haut nach Oben packe, am auge nen paar cm. Sind die Marionetten falten, fast weg.Die Marionettenfalten sind nicht Stark. Wegen Tretinoin+Gesichtsyoga + ggy Hyoloron/Kollagen sind die deutlich besser geworden bzw. merk darunter, das da irgendwas fehlt. Obs jetzt Kollagen und Fett ist, sei mal dahin gestellt.

Zitat:

Du isst zu viel Fett. Deswegen hast du diese Hamsterbäckchen.

Deswegen gibt es diese Differenz zwischen Backen und Augen.

Ich habe keine Hamsterbäckchen. Meine Wangen sind eher Leicht eingefallen, ich hab keine Dicken Packen. Was du meintest.

Kann sein das ich zuviel Fett esse. Auch wenn ich eigentlich nur Gesunde Fette esse.

Natives Leinöl = Zum Kochen (Sonst garnichts)

Olivenöl = Über Salate

Mandeln /Cashew/Erdnüsse, nehm ich als Proteinquelle/Magnesium/Vitamin E quelle. Ne Hand voll täglich.

Sowas wie Sonnenblumenöl, Rapsöl rühr ich nicht mal an.

Bzw. esse auch keine

Magarine/Butter/Sahne/Milchprodukte/Wurst/Mayonaise/Remoulade/Pommes und co. Geschweigeden Süßigkeiten oder Das Meiste fleisch. Selten mal Hähnchen.

Ich ess überwiegend Pflanzlich zu 90%. Ob da jetzt zuviel Fett drin ist, keine ahnung.

Zitat:

Hättest du schmale Wangen (so wie ich),
also kein Fett im Gesicht, wäre alles gleichmäßig verteilt.

Dann gäbe es zwischen Augen und Wangen

keine Differenzen

Möglich, ohne es zu testen/real umzusetzen , schwer zu sagen.

Zitat: Die KI sieht das auch so wie ich.

Und den Text dazu habe ich dir per PN ja bereits zugesandt.

Ich verstehe nicht warum du das einfach ignorierst.

Antwort: Weil du KI /Chatgpt/Cursor und co vergessen kannst. Bzw. KI nicht unfehlbar ist.

Hab da schon verschiedene Sachen Eingegeben /Probiert.

Das was mal Pilos meinte, mit der Fett wiederherstellungen PparGama oder wie das heißt.

Dazu hatte ich über Chatgpt was gefunden. Gibt medikamente, die das Aktivieren Können.

Aber Das Problem ist. 1. Ist es Rezeptpflichtlich. 2tens: Was wohl Niemand wegen Fett im Kauf, nehmen will , Das du möglicherweise desewegen nen Herzinfakt kriegst (als Nebenwirkung).

Sowie Chat Gpt anhand, meiner Sachen die ich esse/nehme usw. Hat mir Chatgpt gesagt meine Ernährung ist Optimal bezüglich Anti aging bzw. auch Tretinoin/Gesichtsyoga .

Sowie selbst wo ich nen Bild von mir hochgeladen habe. Bei chatgp. Meinte es ich könnte Hafershakes Über 6 wochen essen. Sollte was bringen

Nen anderes Mal meint Chatgpt, anhand meines Alters, könnte es Genetisch/Normal sein. Bzw. Mein Dad/Mom/Bruder, haben das auch. Bzw. mein Bruder seit 1-2 Jahren erst.

Nen anderes mal meinte Chatgpt, das Könnte wegen meiner Hormonetherapie sein. Ich sollte noch 6 Monate warten. Weil ich April 2023 , mit der HETT angefangen habe. Also E2/CPA. Bzw. es Möglich ist bis Monat 30, das sich das Gesichtumstrukturiert. Wegen der Hormonen und Testeron abbau.

Wie gesagt, je nachdem was du Chatgpt fragst , selbst mit deinen gewohnheiten/Tabletten/supplements die du nimmst. Spuckt es dir unterschiedliche sachen aus.

Zitat: Wenn überhaupt, dann hast du unterm Auge

zu wenig Kollagen.

Aber nicht zu wenig Fett!

Ist Schwer zu sagen. Wie gesagt wenn ich meine Haut unterm Auge anfasse, ist die ganze haut dünn. Ich kann sogar meine Knochen Unter Haut anfassen.

Zitat: Dermastamp 3 mm schon probiert?

Den verwende ich auch unterm Auge.

Ich glaube nicht dass kürzere Nadeln als 3 mm funktionieren.

Die Nadeln müssen tief genug rein, um Kollagen zu stimulieren.

Habe noch nie nen Dermastempel Probiert. Hatte damals 2x Dermaroller 1x 0,75 und 1x 0,5 mm. Sowie habe, seit den paar Monaten nen Dermapen, der Maximal 2,5 mm kann.

Sowie habe da noch nicht mehr Probiert, die Haut ist Ziemlich Dünn, wirklich dünn. Hätte schon bei ab 1 mm Stärke Bedenken. Ich Nehm aktuell unter den Augen nur 0,75 mm bzw. man sollte eigentlich nur 0,50 nehmen

Bei den Wangen/Stirn/Kinn /Oberkopf ,Nacken hätte ich keine probleme mit 3 mm Rein zugehen. Aber wirklich die Haut ist sehr dünn,also unter den augen.

Zitat: Du könntest auch Mängel haben:

- zu wenig Eiweiß
- zu wenig Vitamin C
- zu wenig Prolin und Lysin

Eiweiß Schließe ich Komplett aus:

Esse Täglich : 3-4 Eier , was Eiweiß liefern dazu noch die Nüsse und manchmal Lachs/Hühnchen

Sowie Bohnen , die auch Eiweiß liefern, stehen täglich auf meine Speisekarte.

Dazu noch das Kollagenpulver /hydrolosiert. Das ich seit ca März 2024 nehme.

Vitamin C: Könnte sein, ich esse zwar Paprika was vitamin C hat und Hin und wieder Hagebutten tee, was auch vitamin C.

Sowie packe auch hin und wieder Zitronen (Frische) im Wasser zum trinken.

Das mit Prolin und Lysin, wenn ich die Listen Online lese, was das Enthält, durch aus Möglich

Zitat: Hast du Rizinusöl schon probiert?

Das soll die Augen wieder füllen.

Dazu gibt es eine Studie:

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jocd.16056>

Siehe dir das Vorher-Nachher-Bild an!

Ja habe , wo das mit den Augen angefangen hatte,also letztes Jahr.

Hatte ich Rizinusöl und auch Vitamin C/Coffeein creme genommen , weil ich Blaue haut unter den augen hatte. Bzw. hatte Monate, vorher schon Kollagen genommen. Hatte 6 Monate Rizinusöl genommen bzw. letzte mal vor Monaten. Mit oder Ohne macht kein Effekt mehr . Bzw. die Bilder, bei der Studie habe ich gesehen. Das Bläuliche/Dunkle, ist komplett weg. aber die Haut, ist trotzdem noch etwas zu dünn. Um diesen Eingefallenen augenlook, weg zu kriegen.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Sweety1988](#) on Tue, 15 Jul 2025 12:16:12 GMT

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

DetConan schrieb am Mo., 14 Juli 2025 19:58Bedeutet dies, dass die Einnahme von Kollagenpulver vorbeugend gegen Falten helfen würde?

Antwort: Nein

Kollagenpulver hilft nur Laut Studien ca 30%.

Wenn du Wirklich was gegen Falten machen willst.

Kannst : Tretinoind (Vorbeugend nehmen), auch Kollagenpulver Hydrolysiert , Hyaluron kapseln , Sowie Generel 1x die Woche Exfoliation machen mit zB Glykolsäure kriegst bei amazon Flaschen mit 8-15% für teils ab 9 Euro, die Monate reicht.

Sowie solltest ggf. noch Gesichtsyoga machen oder Mindestens Microcurrent , Stimmuliert deine Gesichtsmuskeln. Du verlierst Muskelmasse jedes Jahr, Das betrifft dein Gesicht auch. Beim Körper was dagegen zu machen. Kannst mit kraftraining und Cardio. Beim Gesicht, bleiben nur die 2 genannten Sachen.

Außerdem: Könntest auch ne HRT machen also Testosteron zusätzlich nehmen, um dem entgegen zuwirken, ggf noch DHEA nehmen.

Bzw. Sport auch, bzw. das Wachstumsfaktoren im Körper stimuliert bzw. diese jährlich auch absacken.

Sowie generell Sonnenschutz Creme in Gesicht mindestens , bei Nen zu hohen UV index tragen , ggf ne Sonnenbrille bei Sonne und ggf einen Sonnenschutz Hut.

Sowie wie : Ne LED Maske für ggf auch noch den Hals, kann auch helfen.

Aber das du Volumen im Gesicht verlierst, im Gesicht kannst du nicht komplett Bremsen.

Außerdem hast du genetisches Glück: Google: Chuando Tan. Der Typ ist ca 60, ist asiatisch. Der Sieht aus wie etwa 25.

Der hat graue Haare und färbt die. Sonst sieht der extrem jung aus.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Knorkell](#) on Tue, 15 Jul 2025 13:10:01 GMT

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

Ich gehe gerade mit Perplexity Existenzsicherungsfälle für meine Klausur durch.

Wenn man da nicht jeden verwiesenen Paragraphen prüft ist das gemeingefährlich. Mal ist es der Nächste, mal der Vorherige, mal einer aus 2015 der längst gestrichen wurde.

Wie kann man so naiv sein und sich auf KI verlassen? :frage:

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Sweety1988](#) on Tue, 15 Jul 2025 14:04:25 GMT

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

Knorkell schrieb am Tue, 15 July 2025 15:10 Ich gehe gerade mit Perplexity

Existenzsicherungsfälle für meine Klausur durch.

Wenn man da nicht jeden verwiesenen Paragraphen prüft ist das gemeingefährlich. Mal ist es der Nächste, mal der Vorherige, mal einer aus 2015 der längst gestrichen wurde.

Wie kann man so naiv sein und sich auf KI verlassen? :frage:

Keine Ahnung, ich verlass mich auf KI nicht .

KI macht Fehler, Teils mehrfach hintereinander.

Hatte versucht nen Trading Bot auf Metatrader 4/5 basis zu erstellen.

Musstest teilweise bis 20 x sagen das der Zeile dies und jenes Korrigieren sollte. Weils in den Programmen, wofür es sein sollte. Fehler verursacht hatte. Selbst wo der Code ging. Der EA war 0 Profitabel hat nur Verluste gemacht. In Demo natürlich.

Vor allem für Biologischen/Körperliche Sachen.

Kann man sich drauf eh nicht verlassen, weil zuviele Einflüsse die Ergebnisse vertuschen können. Bzw. die KI nicht weiß: Blutwerte, Welche Lebensmittel man isst, Lebensgewohnheiten, Sonnenschutz ja /nein, Alter /Größe etc.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 15 Jul 2025 14:28:09 GMT

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

In deinem Fall liegt das Problem
höchstwahrscheinlich an deiner Hormon-Therapie.

Du hattest früher viel Testosteron, welches
die Muskulatur straff gehalten hat.
Zusätzlich sorgt Testosteron auch für dicke,
kollagenreiche Haut.

Durch die Hormontherapie ist alles aus dem Gleichgewicht geraten:
Die Muskelspannung wurde weniger.
Das Kollagen wurde weniger.

Aber laut KI soll das nur vorübergehend sein.
Spätestens nach 2 Jahren soll es sich erholen.
Dann wird E2 dafür sorgen dass wieder alles
frisch aussieht.

Wie lange macht du die HRT denn schon?

Noch eine Bemerkung zum Öl:
Du solltest auf keinen Fall mit Leinöl braten
oder kochen!
Das ist ein extrem hitzeempfindliches Öl,

welches schnell oxidiert!
Zum braten solltest du nur Wasser,
Butter oder Kokosöl verwenden.

Kalt ist natürlich was anderes,
aber niemals damit kochen!
Und im Kühlschrank aufbewahren.
Es hat nur eine kurze Haltbarkeit.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Dicht](#) on Thu, 17 Jul 2025 05:55:23 GMT

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

Sweety1988 schrieb am Di., 15 Juli 2025 14:16
DetConan schrieb am Mo., 14 Juli 2025 19:58
Bedeutet dies, dass die Einnahme von Kollagenpulver vorbeugend gegen Falten helfen würde?

Antwort: Nein

Kollagenpulver hilft nur Laut Studien ca 30%.

30% sind doch voll gut, und sind besser wie nix. Also ich wäre zufrieden wenn ich safe 30% aufhalten würde. Sind die nems mit kollagen und hyaloron bedenkenlos langfristig safe? Weiss jemand

was passiert wenn man die nems dann weglässt. kommt dann der zustand der ohne nems da wäre, wieder zurück, als hätte man es nie genommen oder hat mein zumindest langfristig auch bisschen was davon?

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 17 Jul 2025 07:12:37 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 15 July 2025 16:28
In deinem Fall liegt das Problem höchstwahrscheinlich an deiner Hormon-Therapie.

Du hattest früher viel Testosteron, welches die Muskulatur straff gehalten hat.
Zusätzlich sorgt Testosteron auch für dicke, kollagenreiche Haut.

Durch die Hormontherapie ist alles aus dem Gleichgewicht geraten:
Die Muskelspannung wurde weniger.
Das Kollagen wurde weniger.

Aber laut KI soll das nur vorübergehend sein.
Spätestens nach 2 Jahren soll es sich erholen.
Dann wird E2 dafür sorgen dass wieder alles
frisch aussieht.

Wie lange macht du die HRT denn schon?

Noch eine Bemerkung zum Öl:
Du solltest auf keinen Fall mit Leinöl braten
oder kochen!
Das ist ein extrem hitzeempfindliches Öl,
welches schnell oxidiert!
Zum braten solltest du nur Wasser,
Butter oder Kokosöl verwenden.

Kalt ist natürlich was anderes,
aber niemals damit kochen!
Und im Kühlschrank aufbewahren.
Es hat nur eine kurze Haltbarkeit.

Erstmal wie Bereits gesagt, verlass dich auf KI nicht zu sehr.
Es ist sehr Fehler anfällig.
In vielen Fällen.

Sowie meine HET/HRT , mach ich bereits über 2 Jahre, seit April 2023, also jetzt sind 2 Jahre
und 3 Monate vergangen.

Bei mir kanns auch Genetisch sein durch meine Eltern (ALLE HABEN DAS), auch mein Bruder.

Also das es später sich entwickelt hat.

Sowie auch das Ich Durch abnehmen das Bekommen habe. Rapides Abnehmen kann, auch
dazu führen. Ich hatte zwar nie krasses Übergewicht, nen paar KG Schwanke ich hin und
wieder.

Das mit den ÖL wusste ich nicht, werd ich nicht mehr zum Kochen nutzen. Ich dachte das geht.
Habe ich über nen Jahr zum Kochen genutzt.
dann wirds jetzt Kokosöl , was solls.

Danke.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 17 Jul 2025 07:35:20 GMT

Dicht schrieb am Do., 17 Juli 2025 07:55Sweety1988 schrieb am Di., 15 Juli 2025 14:16DetConan schrieb am Mo., 14 Juli 2025 19:58Bedeutet dies, dass die Einnahme von Kollagenpulver vorbeugend gegen Falten helfen würde?

Antwort: Nein

Kollagenpulver hilft nur Laut Studien ca 30%.

30% sind doch voll gut, und sind besser wie nix. Also ich wäre zufrieden wenn ich safe 30% aufhalten würde. Sind die nems mit kollagen und hyaluron bedenkenlos langfristig safe?

Weiss jemand

was passiert wenn man die nems dann weglässt. kommt dann der zustand der ohne nems da wäre, wieder zurück, als hätte man es nie genommen oder hat mein zumindest langfristig auch bisschen was davon?

Ja die sind Langfristig Safe, es sind halt nur Supplements. Bzw. Kollagen und Hyaluron nimmste, täglich zu dir. Durch deine ernährung. Auch wenns in Niedriger dosis ist.

Bzw. Proteine werden auch Zu Kollagen umgewandelt.

Sowie es würd ne Zeit den Zustand halten, aber nicht für immer. Wenn dus absetzt. Ist bei Tretinoin/Retinol/Tazarotne, das selbe. Nimmste es Jahre lang, verbessert es deine Haut. Tuste es nen paar Monate absetzen,nimmt deine Haut rapide ab bzw. die wirkung.

Ist halt noch mehr was du machen solltest

Sonne Vermeiden, zumindestens die mit Starken UV index.

Die ist schädlich früh deine Haut, die Morgen sonne und Abend sonne, also wenns dunkler ist. Ist unbedenklich.

Sowas wie Sonnenbrille ggf. Sonnenhut/Cappy bei Starker sonne tragen ,ist auch nicht schlecht. Sowie Sonnenschutz LSF 50+ wenn du länger inne sonne bist mal öfters erneuern.

Nächste ist halt deine Ernährung umstellen: Kein Fertig Essen,Verarbeitetes zeug, Stark Zucker reduziertes essen. Zucker in Maßen was in früchten drin ist, ist ok. Zucker schadet der Haut langfristig durch *AGES*.

Solltest auch keine Verbrannten sachen essen, ist auch schädlich.

ALK/Rauchen sollteste auch sein lassen, wenn du es tust. Auch schädlich für die Haut.

Sowie Gesicht 2x mit Kalten Wasser/Mizellenwasser reinigen , ist auch gut. Seren wie Vitamin C/Niacinmide/Aminoacid b5, sind auch gut für die Haut.

Bzw. kannst auch mal Korean Skincare Routine, googlen. Sowie Produkte raus picken, also selbst. Ist auch eines der besten skincare routinen für die haut.

Kannst halt noch sowas Zuhause machen wie : Microneedling mit Dermapen/Dermaroller/Dermastempel, obwohl ich dir eher zum pen oder stempel raten. Hast mehr einstell möglichkeiten.

Sowie das mit Seren/Serums, die dafür sind mti Hyolron/Niacinmide/Fake Botox/Pepdite , verbinden.

bzw. 1x die Woche ne Exfoliation mit nen Schwachen Gylkolik acid und nen wattepad machen. Ist auch gut, um deine abgestorbeb hautzellen zu entfernen.

Ansonsten ohne OP.

Würden noch so Sachen wie RF Needling, Radio frequency, Thermage, Sculptra, Vampirlifting, CO2 Laser, Co2 laser fractal , Filler, Fett grafting, PRF. in Frage kommen.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 17 Jul 2025 09:36:11 GMT

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

Zitat:Nächste ist halt deine Ernährung umstellen: Kein Fertig Essen, Verarbeitetes zeug, Stark Zucker reduziertes essen. Zucker in Maßen was in früchten drin ist, ist ok. Zucker schadet der Haut langfristig durch *AGES*.

Ich esse Zucker in großen Mengen und sehe trotzdem für meine 40 Jahre extrem jung aus.

Das mit den AGEs stimmt- aber das kannst doch mit zwei NAC-Kapseln kompensieren. NAC und auch andere Antioxidantien verhindern die AGE-Bildung. Auch mit viel Zucker.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/28214842/>

Das Problem sehe ich hier bei Fett. Nicht bei Zucker. Denn je fettreicher die Ernährung ist, desto länger bleibt der Blutzuckerspiegel erhöht. Eine vegane, fettarme Ernährung sorgt für höchste Insulinsensitivität. Der Blutzuckerspiegel steigt zwar schnell, aber er fällt auch schnell. Mit Fett in der Ernährung bleibt er ewig erhöht. Und das ist das Problem.

Öl ist auch nicht gleich Öl.
Die anti-diabetischsten Öle sind Rizinusöl,
Algenöl/Fischöl und Sesamöl.
Aber selbst diese könnten in zu hohen Mengen
dafür sorgen dass der Blutzucker zu lange
erhöht bleibt.

Eine fettarme Ernährung hat auch
den Vorteil, dass man nicht dick wird.
Es sei denn, man isst wirklich EXTREM viel.
Mit Kohlenhydraten dick zu werden ist zwar
nicht komplett unmöglich, aber dennoch sehr schwer.
Mit Fett dick zu werden ist leicht.

Ich habe früher viel Schokolade gegessen
(sehr viel Fett!) und habe einen dicken Bauch bekommen.
Heute esse ich fettarm. Gummibärchen statt
Schokolade. Und jetzt bin ich wieder schlank.
Und ich halte das Gewicht auch.
Auch wenn ich mich jeden Tag satt esse.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Knorkell](#) on Fri, 18 Jul 2025 12:57:33 GMT

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

Sweety1988 schrieb am Di., 15. Juli 2025 16:04Knorkell schrieb am Tue, 15 July 2025 15:10Ich
gehe gerade mit Perplexity Existenzsicherungsfälle für meine Klausur durch.
Wenn man da nicht jeden verwiesenen Paragraphen prüft ist das gemeingefährlich. Mal ist es
der Nächste, mal der Vorherige, mal einer aus 2015 der längst gestrichen wurde.

Wie kann man so naiv sein und sich auf KI verlassen? :frage:
Keine Ahnung, ich verlass mcih auf KI nicht .

Ki macht Fehler, Teils mehrfach hintereinander.

Hatte versucht nen Trading Bot auf Metatrader 4/5 basis zu erstellen.
Musstest teilweise bis 20 x sagen das der Zeile dies und jenes Korrigieren sollte. Weils in den
Programmen, wofür es sein sollte. Fehler verursacht hatte. Selbst wo der Code ging. Der EA
war 0 Profitabel hat nur Verluste gemacht. In Demo natürlich.

Vor allem für Biologischen/Körperliche Sachen.

Kann man sich drauf eh nicht verlassen, weil zuviele Einflüsse die Ergebnisse vertuschen
können. Bzw. die Ki nicht weiß: Blutwerte, Welche Lebensmittel man isst,
Lebensgewohnheiten, Sonnenschutz ja /nein, Alter /größe etc.
Vorhin hat sich Ki einfach Gerichtsurteile ausgedacht. Mit Fallnummer, Datum, zuständigem
Gericht und allem.

Hat sich dann nach meinem Anschiss dafür entschuldigt. :lol:

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Knorkell](#) on Fri, 18 Jul 2025 13:03:45 GMT

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

Knorkell schrieb am Fr., 18 Juli 2025 14:57Sweety1988 schrieb am Di., 15 Juli 2025

16:04Knorkell schrieb am Tue, 15 July 2025 15:10Ich gehe gerade mit Perplexity

Existenzsicherungsfälle für meine Klausur durch.

Wenn man da nicht jeden verwiesenen Paragraphen prüft ist das gemeingefährlich. Mal ist es der Nächste, mal der Vorherige, mal einer aus 2015 der längst gestrichen wurde.

Wie kann man so naiv sein und sich auf KI verlassen? :frage:

Keine Ahnung, ich verlass mich auf KI nicht .

Ki macht Fehler, Teils mehrfach hintereinander.

Hatte versucht nen Trading Bot auf Metatrader 4/5 basis zu erstellen.

Musstest teilweise bis 20 x Sagen das der Zeile dies und jenes Korrigieren sollte. Weils in den Programmen, wofür es sein sollte. Fehler verursacht hatte. Selbst wo der Code ging. Der EA war 0 Profitabel hat nur Verluste gemacht. In Demo natürlich.

Vor allem für Biologischen/Körperliche Sachen.

Kann man sich drauf eh nicht verlassen, weil zuviele Einflüsse die Ergebnisse vertuschen können. Bzw. die Ki nicht weiß: Blutwerte, Welche Lebensmittel man isst, Lebensgewohnheiten, Sonnenschutz ja /nein, Alter /größe etc.

Vorhin hat sich KI einfach Gerichtsurteile ausgedacht. Mit Fallnummer, Datum, zuständigem Gericht und allem.

Hat sich dann nach meinem Anschiss dafür entschuldigt. :lol:

Wenn du stark fettreduziert isst, ist logisch, dass du nicht fett wirst. Ich unterstelle mal, dass du dich ansonsten sehr ballaststoffreich ernährst. Fett und Kohlenhydrate in einem ungesunden Verhältnis machen fett. Man nimmt nur schneller ab wenn man Kohlenhydrate streicht. Der metabolische Mechanismus ist nicht so schwer nachzuvollziehen. Dafür braucht es keine absoluten Ansichten wie du sie hier immer wieder breit trittst.

Ich für meinen Teil nehme durch Low Carb schneller ab als durch low fat. Fett ohne Kohlenhydrate kann mir nicht viel anhaben.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [pilos](#) on Fri, 18 Jul 2025 15:26:55 GMT

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

Knorkell schrieb am Fr., 18 Juli 2025 15:03Fett und Kohlenhydrate in einem ungesunden

Verhältnis machen fett. Man nimmt nur schneller ab wenn man Kohlenhydrate streicht. Der metabolische Mechanismus ist nicht so schwer nachzuvollziehen. Dafür braucht es keine absoluten Ansichten wie du sie hier immer wieder breit trittst.
Ich für meinen Teil nehme durch Low Carb schneller ab als durch low fat. Fett ohne Kohlenhydrate kann mir nicht viel anhaben.

:thumbup:

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 18 Jul 2025 16:46:21 GMT

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

Zitat: Ich für meinen Teil nehme durch Low Carb schneller ab als durch low fat. Fett ohne Kohlenhydrate kann mir nicht viel anhaben.

Das kommt aber auch auf die Kalorien an.

Wenn du eine ganze Packung Erdnüsse isst,
die haben 3.000 Kcal.. wirst du auch zunehmen.

Du nimmst nur deswegen nicht zu,
weil du die Kalorien unten hältst.

Z.B.: Du brauchst 2.000 kcal.

Isst aber nur 1.300 (als Fett).

Logisch, dass du dann abnimmst.

Das hättest du aber sogar mit einer McDonalds-Diät geschafft ;)

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Knorkell](#) on Sun, 20 Jul 2025 13:59:44 GMT

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

Ginge es ausschließlich um Kalorien könnten wir uns Gespräche über die Vor- und Nachteile von Fett und Kohlenhydraten sparen.

Bei Low Carb esse ich nicht kalorienreduziert.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 20 Jul 2025 17:14:47 GMT

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

Knorkell schrieb am So., 20 Juli 2025 15:59Ginge es ausschließlich um Kalorien könnten wir uns Gespräche über die Vor- und Nachteile von Fett und Kohlenhydraten sparen.

Bei Low Carb esse ich nicht kalorienreduziert.
Das ist bei der hohen Kaloriedichte,
die Fett mit sich bringt, auch sehr schwer.

Aber wie soll sowas funktionieren?
Du isst genug Kalorien, aber nimmst trotzdem ab?
Das ist echt seltsam.
Ich habe keine Erklärung dafür!
Das Fett verpufft ja nicht einfach so
aus den Ohren.
Also frage ich mich, was damit passiert.
Scheidet der Körper das einfach so aus
mit dem Kot?

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 20 Jul 2025 17:22:33 GMT

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

Knorkell schrieb am So., 20 Juli 2025 15:59Ginge es ausschließlich um Kalorien könnten wir uns Gespräche über die Vor- und Nachteile von Fett und Kohlenhydraten sparen.

Bei Low Carb esse ich nicht kalorienreduziert.
ChatGPT sagt dazu folgendes:

Zitat:Auch bei Low Carb gilt: Ohne Kaloriendefizit keine Fettabschaffung.

aufnehmen, als er verbraucht – auch ohne Kohlenhydrate.

Manche Menschen nehmen mit Low Carb nicht ab oder sogar zu, wenn sie dauerhaft über den Kalorienbedarf essen.

Alles andere hätte mich auch gewundert.
Eine Ausnahme gibt es nur bei Low-Fat.
Weil der Körper immer 50 g Fett am Tag verbrennt
und das unabhängig von der Menge an Fett oder Kalorien
die zugeführt werden,
kann man auch im Falle einer ausgewogenen Kalorienbilanz abnehmen
- wenn diese 50 g am Tag regelmäßig unterschritten werden.
Bei Low-Carb funktioniert das aber nicht.
Weil man da deutlich mehr als nur 50 g Fett/Tag isst.

Dass man mit low carb abnimmt, liegt nur daran, weil man
weniger (Heiß)-Hunger hat.
Und dann weniger isst.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Knorkell](#) on Mon, 21 Jul 2025 00:26:01 GMT

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

Bei Low Carb esse ich mehr weil mich Kohlenhydrate ziemlich gut sättigen.

Mehr eiweißreiche Ballaststoffe, viel mehr Fett, mehr Käse, mehr Eier.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 21 Jul 2025 11:41:30 GMT

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

Knorkell schrieb am Mo., 21 Juli 2025 02:26Bei Low Carb esse ich mehr weil mich Kohlenhydrate ziemlich gut sättigen.

Mehr eiweißreiche Ballaststoffe, viel mehr Fett, mehr Käse, mehr Eier.

Ist aber nicht vegan.

Tierprodukte sind ungesund.

Es gibt Studien, wo nach schon mehr als
3 Eier pro Woche das Diabetes-Risiko
deutlich erhöhen.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Knorkell](#) on Mon, 21 Jul 2025 16:51:55 GMT

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

Mir doch juppe, ich bin Vegetarier.

Zeig' mir die Studien mal. Ich halte bessere dagegen. x(

Hat außerdem Null mit dem Thema zu tun.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 21 Jul 2025 17:05:11 GMT

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

iss doch was du willst

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter
Posted by [Knorkell](#) on Wed, 23 Jul 2025 12:07:40 GMT

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

:nod: :applaus:

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [hallowelt](#) on Thu, 24 Jul 2025 11:51:01 GMT

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

Knorkell schrieb am Mo., 21 Juli 2025 02:26Bei Low Carb esse ich mehr weil mich Kohlenhydrate ziemlich gut sättigen. Mehr eiweißreiche Ballaststoffe, viel mehr Fett, mehr Käse, mehr Eier. Off-topic aber: Es ist aber ratsam auf alle Säugetierprodukte zu verzichten, wg. der Präsenz der non-humanen Sialsäure Neu5Gc. Die daraus folgende chronische Entzündung oder „Xenosialitis“

kann bedeutende Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit und Krankheiten haben.

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Knorkell](#) on Thu, 24 Jul 2025 14:52:32 GMT

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

hallowelt schrieb am Thu, 24 July 2025 13:51Knorkell schrieb am Mo., 21 Juli 2025 02:26Bei Low Carb esse ich mehr weil mich Kohlenhydrate ziemlich gut sättigen. Mehr eiweißreiche Ballaststoffe, viel mehr Fett, mehr Käse, mehr Eier.

Off-topic aber: Es ist aber ratsam auf alle Säugetierprodukte zu verzichten, wg. der Präsenz der non-humanen Sialsäure Neu5Gc. Die daraus folgende chronische Entzündung oder „Xenosialitis“

kann bedeutende Auswirkungen auf die menschliche Gesundheit und Krankheiten haben.

Bedeutende Auswirkungen? Es gibt dazu lediglich Tierstudien. Zum tatsächlichen Einfluss auf Entzündungsprozesse im menschlichen Körper gibt es gar keine Studien. x(

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [hallowelt](#) on Thu, 24 Jul 2025 16:19:13 GMT

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

Knorkell schrieb am Do., 24 Juli 2025 16:52

Bedeutende Auswirkungen? Es gibt dazu lediglich Tierstudien. Zum tatsächlichen Einfluss auf Entzündungsprozesse im menschlichen Körper gibt es gar keine Studien. x(

Doch, das ist bereits seit langer Zeit beim Menschen bekannt ("Serumkrankheit"). Der Mensch hat als einziges

Säugetier kein Neu5Gc aufgrund einer Mutation. Bei Zufuhr von Neu5Gc (durch Säugetierprodukte, insbesondere

"rotes Fleisch"), kommt es dadurch zu Entzündungen, z.B. in Blutgefäßen, weil dort gewisse Mengen Neu5Gc

eingebaut werden. Jeder Mensch hat Antikörper gegen Neu5Gc im Körper.

Also kein Zufall (oder Veganer-Verschwörung :d), dass vom Konsum von rotem Fleisch abgeraten wird; aber jedes Säugetierprodukt enthält Neu5Gc in unterschiedlichen Mengen (außer scheinbar Butter).

Subject: Aw: Neue Studie: Gesichtsfett reduziert sich NICHT im Alter

Posted by [Knorkell](#) on Thu, 24 Jul 2025 18:37:33 GMT

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

hallowelt schrieb am Do., 24 Juli 2025 18:19Knorkell schrieb am Do., 24 Juli 2025 16:52
Bedeutende Auswirkungen? Es gibt dazu lediglich Tierstudien. Zum tatsächlichen Einfluss auf Entzündungsprozesse im menschlichen Körper gibt es gar keine Studien. x(
Doch, das ist bereits seit langer Zeit beim Menschen bekannt ("Serumkrankheit"). Der Mensch hat als einziges
Säugetier kein Neu5Gc aufgrund einer Mutation. Bei Zufuhr von Neu5Gc (durch Säugetierprodukte, insbesondere "rotes Fleisch"), kommt es dadurch zu Entzündungen, z.B. in Blutgefäßen, weil dort gewisse Mengen Neu5Gc eingebaut werden. Jeder Mensch hat Antikörper gegen Neu5Gc im Körper.
Also kein Zufall (oder Veganer-Verschwörung :d), dass vom Konsum von rotem Fleisch abgeraten wird; aber jedes Säugetierprodukt enthält Neu5Gc in unterschiedlichen Mengen (außer scheinbar Butter).

Mechanisch gesehen "kann" alles mögliche in der Theorie irgendwelche Auswirkungen haben.
Faktisch gibt es dazu überhaupt keine Zahlen. Die Studienlage bezieht sich auf Mäuse.
Gluten schadet der Mehrheit auch nicht obwohl der Darm das eigentlich nicht haben will.
