

Hallo,

Obwohl es um NEM's geht, denke ich, das es eigentlich hier rein gehört, da es sich auf ja auf Minox bezieht.

Mein Ziel ist es, meine Minox Anwendung durch eine perfekte NEM-Einnahme zu unterstützen, da ich es so verstanden habe, das Minox die Gefäße erweitert, um eine bessere Versorgung zu ermöglichen, das heisst ja quasi, dass es mit Minox allein icht getan ist, sondern das ich noch Stoffe brauch, die dann zu Haarwurzel gelangen müssen, oder?

Also derzeit nehme ich jeden Morgen zwei Kapseln Doppelherz Aktiv Zink+Histidin+Vitamin C

pro Kapsel:
10 mg Zink
100 mg Histidin
200 mg Vitamin C

Dazu kommt direkt im Anschluss, so eine A-Z Vitamintablette (5 mg Zink), ansonsten die übliche Werte, die diese Tabletten haben.

Nun meine Fragen:

Ist das wirklich eine gute NE ?
Würdet ihr mir eine alternative vorschlagen?
Ich habe relativ starken HA muss ich dazu sagen.
Wie siehts mit Biotin aus?
Nehme ich von irgendwas zuviel oder zu wenig?
Lieber ein ganz anderes Produkt?
Andere einnahmezeit?

Anbei ein Bild von der Packung.

Über Eure Erfahrungen und Hilfe würde ich mich sehr freuen.

Gruss Jesco

File Attachments

1) [000045719400sp\[1\].jpg](#), downloaded 407 times



Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Travel](#) on Wed, 08 Aug 2007 15:50:25 GMT

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

Jesco1987 schrieb am Mit, 08 August 2007 12:45

Mein Ziel ist es, meine Minox Anwendung

durch eine perfekte NEM-Einnahme zu unterstützen, da ich

es so verstanden habe, das Minox die Gefäße erweitert, um eine

bessere Versorgung zu ermöglichen, das heisst ja quasi, dass es mit Minox allein icht getan ist, sondern das ich noch Stoffe brauch, die dann zu Haarwurzel gelangen müssen, oder?

ich würde erstmal testen lassen, ob dein Haarausfall aufgrund ner Mangelercheinung auftritt

...ich persönlich halte nichts von den Mittelchen aus Drogerie und Supermarkt, die sind in erster Linie dazu da, um ordentlich Gewinne zu machen

meiner meinung nach kann man drauf verzichten, wenn einem nicht beiläufig die Fingernägel ausfallen, die Haare brechen oder sich die Haut abpellt

die Stoffe, die dein Haar benötigt, um wachsen zu können sollte man im Normalfall mit der Nahrung aufnehmen (es sei man hat warum auch immer einen Mangel)...Minox weitet die kleinen Gefäße, damit die Stoffe wieder da hin kommen, wo sie gebraucht werden

ps. ich habe vor vielen Jahren, Vitamin- und Eiweißpräparate zu mir genommen, denn laut der Werbung damals brauchte man die unbedingt, um Gesund zu sein ...eingebracht hat es den Hersteller mein Geld und mir einen Nierenstein

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Alibi](#) on Wed, 08 Aug 2007 16:05:40 GMT

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

Travel schrieb am Mit, 08 August 2007 17:50...eingebracht hat es den Hersteller mein Geld und mir einen Nierenstein

wenn du eine eiweisreiche ernährung hast bzw proteinpräparate nimmst, dann solltest du viel wasser am tag trinken, sonst schlägt das auf die nieren. ich denke mal, dass das dein fehler war.

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [tino](#) on Wed, 08 Aug 2007 16:25:41 GMT

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

die Stoffe, die dein Haar benötigt, um wachsen zu können sollte man im Normalfall mit der Nahrung aufnehmen (es sei man hat warum auch immer einen Mangel)...Minox weitet die kleinen Gefäße, damit die Stoffe wieder da hin kommen, wo sie gebraucht werden

Erstmal ist das Quatsch mit der Ernährung die ausreicht....da um es in kurzen Worten zu sagen,ein Mehrbedarf besteht,da das Kopfhautgewebe krank ist,und bei vorhandenen Polymorphismen,dieser Mehrbedarf auch in anderen Zellen besteht.

Punkt 2....wenn man nicht gerade 15 ist,hat man automatisch weniger IGF-1.Die NEM sollen den IGF-1 Spiegel ja hochtreiben,und die bei AGA vorhandene latente Insulinresistenz verbessern.Dann wirkt Minox auch besser,da die Wirkung von der IGF-1 Expression,und der Insulinsensitivität abhängt.

Sparsam denken ist gut,..aber hier spart man am falschen Ende,wenn man es tut.Man bedenke das Haare unter Minox nur bei 39 prozent nachwachsen.

Mittel vom DM sind Schrott....es sollte schon Apothekenqualität haben.

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Hammerhaar](#) on Wed, 08 Aug 2007 16:41:57 GMT

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

OK, welche NEMs regen IGF-1 an?

Selen?

Proteine (in welcher Form)?
Zink?
B-Komplex?

Subject: Re: ich schreibe nacher einen langen beitrag dazu ot
Posted by [tino](#) on Wed, 08 Aug 2007 16:48:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hk

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?
Posted by [Travel](#) on Wed, 08 Aug 2007 17:02:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alibi schrieb am Mit, 08 August 2007 18:05Travel schrieb am Mit, 08 August 2007 17:50...eingebracht hat es den Hersteller mein Geld und mir einen Nierenstein

wenn du eine eiweisreiche ernährung hast bzw proteinpräparate nimmst, dann solltest du viel wasser am tag trinken, sonst schlägt das auf die nieren. ich denke mal, dass das dein fehler war.

warum auch immer ...der Urologe sagte was von zuviel Eiweiß und nochetwas, was im Zusammenhang mit Vitaminpräparaten steht ...ohne das ich ihm vorher davon erzählt hätte ...nun nehme ich seit 9 Jahren nichts mehr davon ...er hatte mir gesagt, dass es wahrscheinlich ist, das in den nächsten jahren wieder ein Stein ausfällt ...bis jetzt hatte ich Ruhe ...getrunken habe ich eigentlich schon immer viel ...bin aber wahrscheinlich gentisch dafür veranlagt ...

@ tino

ich weiß ja das dein wissen bezüglich der haare groß ist, nur bin ich der meinung, dass man nicht zwingend jedem, vor allem recht jungen betroffenen empfehlen sollte, sich jede menge zeug einzuwerfen ...vielleicht schlägt ja auch minox ohne zusätzliche präparate an ...meine devise ist, erstmal testen

ich bin daher auf das den thread angesprungen, weil hier ne menge leute im forum unterwegs sind, die jede menge an mittelchen in der signatur stehen haben und nun gar nicht mehr wissen, was sich eigentlich positiv bzw. negativ auf ihre haarpracht auswirkt

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?
Posted by [tino](#) on Wed, 08 Aug 2007 17:18:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Minox und ueberhaupt ein Haarmedikament,kann gar nicht stark genug wirken.Es soll keine Devise die lautet "wirkt ja bischen und schluss" geben,denn jeder hier moechte das allerallerbeste Ergebniss erzielen.

Travel schrieb am Mit, 08 August 2007 17:50

jede menge an mittelchen in der signatur stehen haben und nun gar nicht mehr wissen, was sich eigentlich positiv bzw. negativ auf ihre haarpracht auswirkt

Es reicht ja wenn ich weiss was positiv odder negativ wirkt.....und ich empfehle ganz ganz sicher nichts negatives.Letztendlich ist es ja auch voellig egal was gewirkt hat,...am ehsten wirkt alles zusammen synergetisch,...deshalb empfehle ich es ja auch.Wenn man AGA zufriedenstellend mit nur einem Mittel behandeln koennte,...dann ginge das auch bei Krebs,...denn das was genetische und extrinsische HA-negativ Faktoren im Follikel machen,ist genau die umgekehrte Reihenfolge,von den Faktoren die einen Tumor wachsen lassen.

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Travel](#) on Wed, 08 Aug 2007 17:51:43 GMT

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

tino schrieb am Mit, 08 August 2007 19:18

Minox und ueberhaupt ein Haarmedikament,kann gar nicht stark genug wirken.Es soll keine Devise die lautet "wirkt ja bischen und schluss" geben,denn jeder hier moechte das allerallerbeste Ergebniss erzielen.

da wäre zu klären, was denn das allerbeste ergebniss wäre?

ich bin der meinung, das das beste ergebniss ist, wenn man sich in seiner haut wieder wohl fühlt! ...für viele ist es wichtig,etwas für ihre psyche zu tun!

ich persönlich fühle mich seit einigen wochen wieder richtig wohl, auch wenn minox bei mir noch nicht wieder haare wie in teenager zeiten beschert hat. ein wenig dickeres haar und ein wenig neuwuchs auf ner kahlen stelle machen mir jetzt schon freude. warum soll man sich dann von weiteren präperaten abhängig machen? (und das ist eine psychische abhängigkeit bedingt durch angst, dass bei absetzten sich alles sofort verschlechtert!)...und ich denke, dass ich hier nicht der einzige bin.

wenn ich in paar monaten nicht mehr zufrieden bin, dann nehme ich viell. etwas anderes oder ich finde mich damit ab ...

hier habe ich ne menge bilder gesehen, auf denen ich kein haarproblem gesehen habe, trotzdem gibt es jede menge empfehlungen etwas gegen "drohenden" haarausfall zu tun ...vielleicht wollten die betroffenen nur hören: hey, du hast doch super haare!

edit: jetzt bin ich vom thema abgewichen ...natürlich hat der threadsteller nach dem optimalen Mitteln gefragt, um seinen Haarausfall zu begegnen ...ich bin der meinung, das er einen arzt aufsuchen soll, und sich checken lassen, bevor er sich jedem menge empfohlene präparate einwirft ...einige sprechen schon von starkem haarausfall, wenn sie 80 Haare sich am tag ausrupfen ...zu denen gehörte ich auch in jüngeren jahren ...und nach meiner rechnung von damals müsste ich jetzt mit meinen haaren im minus bereich sein

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [tino](#) on Wed, 08 Aug 2007 18:16:57 GMT

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

Deine Einstellung.....ssssssssssssssssssss.

Du propagierst genau das was mir verhasst ist,..und zwar Haarmittel als Psychopharmaka-sprich "nimmt er was ein,dann reicht schon der Gedanke das er was tut,um ihn zufriedenzustellen".Das ist doch total weibisch,und eher was fuer Dauerkiffer.Wenn schon Arbeit,dann auch richtig.....Phantasten sind versager.

Hoert sich aber auch so an,als ob du davon ausgehst,das bei vielen ohnehinn nichts mehr klappt.Das mag sein...aber bei wem das so ist,kann ich nicht beurteilen.Paralel dazu....findest du es falsch praeventiv zu arbeiten.Das klingt sehr schizophreen,....wie kann das zusammenpassen?

Bei Praevention bleibt einem doch die Zwickmuehle, die es noetig machen wuerde sich psychisch zu stabilisieren erspart.

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [tino](#) on Wed, 08 Aug 2007 18:22:52 GMT

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

Es kommt immer auf das Nachwachsen an,..und 80 Haare nur vom Oberkopf,waeren z.b viel zu viel.

Was soll ihm denn der Arzt sagen?Ok,was Eisen und Selen betrifft e.v....aber zu den anderen NEM,deren Maengel sich teilweise nur ueber messen diverser Enzyme (was erheblich teurer ist),ist es besser wenn er hier nachfragt.

Priorin hat man blind einer ganzen Gruppe Frauen mit AGA gegeben,...und es hat gewirkt.Genau die dort enthaltenen NEM in erheblih verbesserten Dosen,sind der Kernpunkt meiner Empfehlungen.

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Ka\\$h](#) on Wed, 08 Aug 2007 18:45:17 GMT

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

tino schrieb am Mit, 08 August 2007 18:25

Mittel vom DM sind Schrott....es sollte schon Apothekenqualitaet haben.
und was ist mit Biotin von Aldi?

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 08 Aug 2007 18:47:09 GMT

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

Die Psyche ist sicher extremst wichtig. Langsam kommt man erst darauf, was Stress und psychisches Unwohlsein dem Immunsystem antun und im Körper alles anrichten...das macht kein NEM wieder weg.

Psyche ist das Wichtigste.

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 08 Aug 2007 18:48:28 GMT

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

Ka\$h schrieb am Mit, 08 August 2007 20:45tino schrieb am Mit, 08 August 2007 18:25

Mittel vom DM sind Schrott....es sollte schon Apothekenqualitaet haben.
und was ist mit Biotin von Aldi?

Nems von Dm sind ok, nur nicht alle...

Zink zB ist Schrott, weil es nicht Orotat oder Gluconat ist, aber zB Biotin und Kieselerde usw kann man auch von dort nehmen, oder sogar Brausetabletten, wenn man es richtig macht...

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Travel](#) on Wed, 08 Aug 2007 18:54:20 GMT

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

tino schrieb am Mit, 08 August 2007 20:16Deine Einstellung.....ssssssssssssssssssss.

Du propagierst genau das was mir verhasst ist,..und zwar Haarmittel als Psychopharmaka-sprich "nimmt er was ein,dann reicht schon der Gedanke das er was tut,um ihn zufriedenzustellen".Das ist doch total weibisch,und eher was fuer Dauerkiffer.Wenn schon Arbeit,dann auch richtig.....Phantasten sind versager.

Hoert sich aber auch so an, als ob du davon ausgehst, das bei vielen ohnehin nichts mehr klappt. Das mag sein... aber bei wem das so ist, kann ich nicht beurteilen. Parallel dazu.... findest du es falsch präventiv zu arbeiten. Das klingt sehr schizophren,.... wie kann das zusammenpassen?

Bei Prävention bleibt einem doch die Zwickmühle, die es nötig machen würde sich psychisch zu stabilisieren erspart.

oh je ... wie du aus meinem Beitrag schließen kannst, das ich hier der Phantast bin

ob meine Meinung bei dir verhasst ist .. naja, damit kann ich auch leben

das ist doch hier ein Forum, wo sich Betroffene über ihren Haarproblem austauschen können ... dachte ich bis jetzt, aber scheinbar ist es getarntes wissenschaftliches Forum

wenn jemand einer Glatzenbildung entgegensieht, dann soll er von mir aus präventiv arbeiten ... das bedeutet für mich in keinem Fall: jetzt wirf dir mal dieses und jenes rein ...!
(Tino, du beziehst jede Aussage von mir auf deine Person, aber ich habe hier mehrmals die Allgemeinheit angesprochen)

Prävention kann auch sein, sein Selbstbewusstsein zu steigern bzw. zu erhalten, trotz voranschreitenden Haarausfall

ps. 80 Haare mechanisch durch ständiges durchstreichen vom Oberkopf geholt muss nicht zuviel sein (oder doch? ... habe wahrscheinlich auch an den Seiten durchgestrichen) ... aber da kenne ich mich nicht besonders aus ... ich kann nur sagen, dass mein Oberkopf, an der Stelle, wo ich mit der Hand durchgefahren bin immernoch sehr gut behaart ist ... und die Panik hatte ich vor mehr als einem Jahrzehnt

Subject: Re: MINOX + NEM's = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Ka\\$h](#) on Wed, 08 Aug 2007 19:04:48 GMT

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

glockenspiel schrieb am Mit, 08 August 2007 20:48 Ka\$h schrieb am Mit, 08 August 2007 20:45 tino schrieb am Mit, 08 August 2007 18:25

Mittel vom DM sind Schrott.... es sollte schon Apothekenqualität haben.
und was ist mit Biotin von Aldi?

Nems von Dm sind ok, nur nicht alle...

Zink zB ist Schrott, weil es nicht Orotat oder Gluconat ist, aber zB Biotin und Kieselerde usw kann man auch von dort nehmen, oder sogar Brausetabletten, wenn man es richtig macht...
was kann man denn bei Brausetabletten falsch machen?

auch das Zink von Taxofit? oder das Zink in den Kieselerde Kapseln von Tetesept?

Subject: Re: MINOX + NEM's = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 08 Aug 2007 19:08:20 GMT

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

Ka\$h schrieb am Mit, 08 August 2007 21:04glockenspiel schrieb am Mit, 08 August 2007 20:48Ka\$h schrieb am Mit, 08 August 2007 20:45tino schrieb am Mit, 08 August 2007 18:25

Mittel vom DM sind Schrott....es sollte schon Apothekenqualitaet haben.
und was ist mit Biotin von Aldi?

Nems von Dm sind ok, nur nicht alle...

Zink zB ist Schrott, weil es nicht Orotat oder Gluconat ist, aber zB Biotin und Kieselerde usw kann man auch von dort nehmen, oder sogar Brausetabletten, wenn man es richtig macht...
was kann man denn bei Brausetabletten falsch machen?

auch das Zink von Taxofit? oder das Zink in den Kieselerde Kapseln von Tetesept?

Ok, das war etwas missverstaendlich ausgedrueckt, die Brausetablette geht auch "normal," aber bei den Carbonatverbindungen sollte man etwas Zitronensaft dazumischen...

Was hat das Zink dort fuer eine Verbindung...

Subject: Re: MINOX + NEM's = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Ka\\$h](#) on Wed, 08 Aug 2007 19:10:29 GMT

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

http://www.merz.de/beauty_und_wellness/haut_haare_naegel/kombi_produkte/tetesept_kieselerde/

Subject: Re: MINOX + NEM's = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 08 Aug 2007 19:12:39 GMT

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

Ka\$h schrieb am Mit, 08 August 2007 21:10
http://www.merz.de/beauty_und_wellness/haut_haare_naegel/kombi_produkte/tetesept_kieselerde/

Schau mal zuhause, was seitlich bei Zink steht...

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [tino](#) on Wed, 08 Aug 2007 19:15:52 GMT

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

Du sollst dich nicht angegriffen fuehlen,...ich habe niemanden persoendlich angesprochen,sondern nur deinen Aufruf heftig kritisiert,was ich auch jetzt wieder tun werde

Es muss auch ein wissenschaftliches Forum sein,denn ohne wissenschaftliches Wissen,werdet ihr hier alle kahl!Da bin ich mir so sicher das ich um hohe Summen wetten wuerde.Das uebertragen der wissenschaftlichen Forschungsergebnisse in die Praxis geht derartig lahm voran,...das zu befuerchten ist der momentane Stand der Praxis,selbst Brad Pitt nicht mehr vor der Glatzenbildung schuetzen koennte.Seit froh das es hier etwas wissenschaftlich zugeht.

" wenn jemand einer glatzenbildung entgegensieht, dann soll er von mir aus praeventiv arbeiten ...das bedeutet fuer mich in keinem fall: jetzt wirf dir mal dieses und jenes rein ...!
(tino, du beziehst jede aussage von mir auf deine person, aber ich habe hier mehrmals die allgemeinheit angesprochen)"

Entschuldige wenn ich jetzt bruelle...

DANN KANNST DU NICHT MEHR VIEL MACHEN!!!!Bei AGA ist der einzig richtige Weg schon ab dem miniminiminiminiminimalsten Anzeichen praeventiv zu arbeiten.Wenn es anders ginge,dann koennte man ja auch eine Herzinsuffizienz zufriedenstellend behandeln,...nachdem sie einmal angefangen hat.Solche degenerativen Prozesse schreiten unweigerlich voran,...WENN das Organ einmal angegriffen ist.Bei auch genetisch bedingten degenerativen Prozessen ist die einzige Moeglichkeit zu gewinnen,die PRAEVENTION.

Wirf dir dies und jenes rein,....dies und jenes!Haelst du mich fuer einen hampelmann?.Glaubst du ich weiss nicht was ich tue.....?

Prävention kann auch sein, sein Selbstbewusstsein zu steigern bzw. zu erhalten, trotz voranschreitenden Haarausfall

Natuerlich ist auch gesteigertes Selbstbewusstsein wichtig,...aber das muss nichts kosten.Tut es auch meisstens nicht.

Was die 80 Haare betrifft,...in welchem Stadium warst du denn vor einem Jahrzehnt,..und in welchem bist du jetzt?

Ich meine es geht doch nicht darum,das anstelle einer kompletten Glatze,ein paar nicht mehr in richtung Wunschfrisur frisierbare Fusseln,als Bereicherung fürs Ego reichen sollen.....die Leute hier moechten Frisuren denke ich doch.Wo wir auch schon beim besten Ergebniss waeren.

Oft ist es bei sichtbar drohender Glatzenbildung schon nicht mehr moeglich sich wunschgemaess zu frisieren.Deshalb ja die Praevention.

HT sollte auch immer in Betracht gezogen werden.

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Ka\\$h](#) on Wed, 08 Aug 2007 19:16:18 GMT

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

Zinkoxid

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 08 Aug 2007 19:17:33 GMT

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

Ka\$h schrieb am Mit, 08 August 2007 21:16Zinkoxid

Schrott.

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Ka\\$h](#) on Wed, 08 Aug 2007 19:19:08 GMT

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

was soll denn drin sein?

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [glockenspiel](#) on Wed, 08 Aug 2007 19:21:39 GMT

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

Ka\$h schrieb am Mit, 08 August 2007 21:19 was soll denn drin sein?

Aber du nimmst es doch nicht wegen Zink! Sondern wegen Kieselerde...die Aufnahme von Oxid ist nicht besonders gut, aber du brauchst auch nicht so viel Zink, also kein Problem!

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Ka\\$h](#) on Wed, 08 Aug 2007 19:24:51 GMT

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

glockenspiel schrieb am Mit, 08 August 2007 21:21Ka\$h schrieb am Mit, 08 August 2007 21:19 was soll denn drin sein?

Aber du nimmst es doch nicht wegen Zink! Sondern wegen Kieselerde...die Aufnahme von Oxid ist nicht besonders gut, aber du brauchst auch nicht so viel Zink, also kein Problem! eigentlich nehm ichs wegen beidem.. was für eine "Sorte" Zink sollte es denn sein?

Was ist an Oxid verkehrt?

Subject: Re: MINOX + NEM's = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Travel](#) on Wed, 08 Aug 2007 20:16:31 GMT

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

zitat:

"Wirf dir dies und jenes rein,...dies und jenes!Haelst du mich fuer einen hampelmann?.Glaubst du ich weiss nicht was ich tue.....?"

hmm, ich habe extra unter meine aussage geschrieben, dass du es nicht auf dich beziehen sollst, wieso schließt du dann daraus, dass ich dich für einen Hampelmann halte?

---> jetzt wirf dir mal dieses und jenes rein ...!

(tino, du beziehst jede aussage von mir auf deine person, aber ich habe hier mehrmals die allgemeinheit angesprochen)"

zitat:

"Entschuldige wenn ich jetzt bruelle...

DANN KANNST DU NICHT MEHR VIEL MACHEN!!!!Bei AGA ist der einzig richtige Weg schon ab dem miniminiminiminiminimalsten Anzeichen praeventiv zu arbeiten."

ich habe doch in einem vorhergehenden post davon gesprochen, dass hier neue mitglieder ihren haarstatus beurteilen lassen, weil sie unsicher sindauch bei keinen anzeichen von aga, wird hier trotzdem dazu geraten präventiv zu arbeiten (ich sage es jetzt nochmal: nicht von dir!) ...ich denke jeder mann streicht sich mit anfang 20 durch die haare und begutachtet sich ...bei paar haaren in der hand ist sofort die angst da, dass man ne glatze bekommt

zitat:

"was die 80 Haare betrifft,...in welchem Stadium warst du denn vor einem Jahrzehnt,..und in welchem bist du jetzt?"

ich hatte vor 10-12 jahren leichte geheimratsecken und mein haaransatz wanderte paar mm nach hinten ...was mich weniger störte, denn ich hatte vorn eigentlich zuviel haare, konnte mir weniger coole frisuren machen ...im prinzip war ich über die geheimratsecken froh, da ich männlicher aussah

jetzt sind noch paar mm dazugekommen, die linke geheimratsecke ist bissel deutlicher geworden und vorn am mittelscheitel habe ich ne ausdünnung bzw. kahle stelle ...der rest vom kopf sieht noch ziemlich gut aus
naja, die ersten cm in der front sind schon dünner wie früher

meine haare trage ich schon seit jahren nach vorn, somit hat mich das auch nie sonderlich gestört, ich hatte mich daran gewöhnt ...nur vor paar monaten ließ es sich schlechter frisieren ..so dass ich mich entschlossen habe etwas zu tun ...seit anfang juni nehme ich minox, hatte nach 2 wochen deutlich schlechtere haare, sodass ich fin dazu nehmen wollte (wegen den horrormeldungen bzg. minox), aber seit dem hat es sich ständig verbessert (auch wenn ich es mir nur einbilde, es ist mir scheißegal ...denn ich brauch nicht in erster linie haare, sondern ich will mich wohlfühlen)

in diesem forum treiben sich leute rum, mit unterschiedlichen absichten ...ich denke, es gibt hier jede menge von mitlesern, die einfach nur unsicher sind (vor allem jüngere), andere haben schwere AGA, einige paar kleine kosmetische haardefizite

die einen wollen keine platte mehr, andere viell. nen dichteren mittelscheitel ;-)-und es gibt welche, die einfach froh sind, dass andere die gleichen probs haben
unter diesen haben viele ein schwaches selbstbewusstsein, dass kann man bekämpfen, indem man die haarpracht wieder herstellt, oder indem man ihnen klar macht, haare sind nicht soviel wert, um sich den ganzen tag darüber den kopf zuzerbrehen

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [tino](#) on Wed, 08 Aug 2007 20:34:54 GMT

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

Ich beziehe das auf mich,weil die meissten Empfehlungen von mir kreirt wurden.Das sind revolutionaere Ergaenzungsmethoden.....und ihre Einnahme sollte nicht mit Saetzen wie "einfach mal dies und das einschmeissen" bespottet werden.

Es war hier noch niemand,dessen Bilder nicht mindestens einen NW1 gezeigt haben.Das waere ein erstesAnzeichen der multifaktoriellen Haaralterung.Es muss ja nicht unbedingt zur Glatze kommen.....Geheimratsecken die ich und auch andere hier bnicht unbedingt mit Manneskraft assoziiren,sondern eher einen kosmetischen Makel,und ein erstes Anzeichen des Alterungsprozesses in ihnen sehen,machen so manche Frisur nicht mehr moeglich,und fuer viele bedeutet das ein Einbussen ihrer Attraktivitaet.Gott sei dank ist ein Zeitalter angebrochen,in dem erkannt wurde,das Altern nicht fortschrittlich ist.

Du bagatelisierst 80 Haare tgl,und sagst aber das sich dein Haarstatus im Laufe der Zeit in welcher die 80 Haare tgl an der Tagesordnung waren,verschlechtert hat.Und du tust sogar etwas um deinen Haarstatuszu verbessern.

verstehst du was ich meine?

Es ist fraglich ob das so einfach ist, ueber Suggestion Abstand von einem nicht mehr intaktem sozialen Kontaktorgan zu gewinnen?

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Travel](#) on Wed, 08 Aug 2007 21:22:35 GMT

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

"Gott sei dank ist ein Zeitalter angebrochen, in dem erkannt wurde, das Altern nicht fortschrittlich ist."

ich würde mal sagen: Leider!!! ..den meisten würde es besser gehen, wenn man es nicht als makel ansehen würde, wenn sich das haupthaar lichtet

und stimmt, ich tue auch was gegen mein lichter werdendes haar, aber ich würde nicht ALLES dafür tun ...denn der rest altert mit und damit muss(will) ich auch leben ...ich finde es keine schande, wenn man nicht mind. 10 jahre jünger geschätzt wird

"Ich beziehe das auf mich, weil die meissten Empfehlungen von mir kreirt wurden. Das sind revolutionaere Ergaenzungsmethoden.....und ihre Einnahme sollte nicht mit Saetzen wie "einfach mal dies und das einschmeissen" bespottet werden."

du sagts es ja "die meisten" ...bedeutet wohl kaum alle! ...und ausserdem ging es mir um beiträge, wo sich vorher eine reihe von leuten äußerte, dass sie auf den bildern kein AGA sehen können, doch dann einige auftauchen und ihre Präventionsmaßnahmen verkünden, was auch jemanden, der kein "wirkliches" problem hat zu einem kandidaten macht, der dann eins hat

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [tino](#) on Wed, 08 Aug 2007 22:00:52 GMT

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

ich würde mal sagen: Leider!!! ..den meisten würde es besser gehen, wenn man es nicht als makel ansehen würde, wenn sich das haupthaar lichtet

Du schreibst ja unten selber das der Rest mitaltert, was auch voellig korrekt ist. Ich bin mir sehr sicher, das der Mensch nach Gottes Plan urspruenglich nicht dafuer vorgesehen ist, in einem Alter von mitte 20 GHE zu entwickeln. Mann nennt diese Erscheinungen in der Fachsprache auch premature Alopecia...zurecht, denn nach Gottes Plan muesste es mature Alopecia heissen. Die genetischen Defekte die solch eine premature lichtung verursachen, sieht z.z nur die Wissenschaft das gemeine Volk nicht,...sie befinden das Zeichen eines mehr oder weniger geschlechtsspezifischen premature Alterungsprozess, als sekundaeres Geschlechtsmerkmal.

und stimmt, ich tue auch was gegen mein lichter werdendes haar, aber ich würde nicht ALLES

dafür tun ...denn der rest altert mit und damit muss(will) ich auch leben ...ich finde es keine schande, wenn man nicht mind. 10 jahre jünger geschätzt wird.

Nicht Schande,aber jung alt werden hat sehr sehr viele Vorteile...auch fuer die Krankenkassen.

du sagts es ja "die meisten" ...bedeutet wohl kaum alle! ...und ausserdem ging es mir um beiträge, wo sich vorher eine reihe von leuten äußerte, dass sie auf den bildern kein AGA sehen können, doch dann einige auftauchen und ihre Präventionsmaßnahmen verkünden, was auch jemanden, der kein "wirkliches" problem hat zu einem kandidaten macht, der dann eins hat

FAst alle!

Andere die keine AGA sehen,bagatelisieren die ersten Anzeichen der multifaktoriellen Haaralterung,weil sie warscheinlich mit groesseren Lichtungen zu kaempfen haben.Solche ersten Anzeichen mit c.a 30,spiegeln einen "gesunden" Alterungsprozess wieder.Alles was premature entsteht,...einen focierten Alterungsprozess.

Ich moechte niemanden verangstigen,aber auch niemanden mit Volksweissheiten verdummen....meine Weisheit verbietet mir das selbst dann,wenn ich damit jemanden beruhigen wuerde.

Ich bin mir ziemlich sicher,das koerperliche Gebrechen,die ein zu fruehes Symptom (GHE/HA),warnend prophezeit,mit Praeventionsmassnahmen die die Ausweitung des Symptoms verhindern,...parallel dazu risikobezogen abgemindert werden.

Subject: Re: der Junge..

Posted by [tino](#) on Wed, 08 Aug 2007 22:22:52 GMT

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

den du meinst,..hatte im Alter von 17 eine Lichtung,die ich mit 25 nicht hatte.Wenn er jetzt einsieht das er ein Kandidat ist,und es nach meinem Vorschlag behandelt....wird er ganz sicher noch viele Jahre gluecklich und zufrieden leben,..und nicht mehr an HA denken muessen.Tut er es nicht,...kann es durchaus passieren das er mit z.b 28 Jahren,im vermutlichen Zeitalter der Anti Aging Bluete,in eine schwaere Krise geraet.

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Amarok](#) on Thu, 09 Aug 2007 00:35:10 GMT

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

Kommt auf die Bioverfügbarkeit an. Oxid ist das schlechteste, sulfat schon bisschen besser und

Histidin meines Wissen das beste.

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Ka\\$h](#) on Thu, 09 Aug 2007 11:27:22 GMT

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

Amarok schrieb am Don, 09 August 2007 02:35Kommt auf die Bioverfügbarkeit an. Oxid ist das schlechteste, sulfat schon bisschen besser und Histidin meines Wissen das beste.

Zinkhistidin?

Subject: Re: MINOX + NEM´s = WIRKUNGSWEISE?

Posted by [Jesco1987](#) on Thu, 09 Aug 2007 11:49:55 GMT

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

hmm erstaml vielen dank, für die vielen beiträge.

Vieles von der Diskussion verstehe ich einfach nicht

und ich bin ehrlich gesagt auch kaum schlauer als vorher
