
Subject: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [roadbiker](#) on Wed, 29 Aug 2007 08:32:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

...und ich denke ich habe eine waffe gefunden.

zuerst einmal die ganze story.

nehme seit märz propecia. anfangs jeden tag eine tablette, hatte aber große probleme mit trockenen augen, die rot waren, gejuckt haben und auch dieser schleier war mir nicht unbekannt. setzte dann für 2,3 wochen aus, aber die angst vor einer glatze war zu groß also machte ich weiter mit jeden zweiten tag eine tablette, litt aber weiterhin unter augenproblemen. zusätzlich muss ich sagen, dass ich auch eine leichte pollenallergie habe, die das ganze natürlich noch verschlimmert hat.

vor zwei wochen hab ich von einem typen gelesen, der auch unter trockenen augen litt und sich daraufhin fischölkapseln kaufte und seit zwei monaten beschwerdefrei ist. ab und zu ein tropfen befeuchtender augentropfen braucht, aber mehr auch nicht.

am nächsten tag war ich schon in der apotheke und hab mir eine packung lachsölkapseln gekauft und seitdem gehts meinen augen umso viel besser. genaueres kann ich aber erst wieder im oktober sagen, da momentan wieder etwas blüht auf das ich allergisch bin und meine augen morgens ein wenig geschwollen sind, aber unter tags tropf ich nur noch nach langer pc-arbeit und falls ich vor dem schlafen gehen länger am pc war verwende ich so eine befeuchtende salbe für die nacht.

ich kann jeden nur raten, der trockene augen durch fin bekommen hat, diese kapseln zumindestens mal auszuprobieren.

IG

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Foxi](#) on Wed, 29 Aug 2007 08:49:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nehm auch Lachsölkapseln

und Visine Augengel für trockene Augen

überhaupt keine probleme zu Zeit
glaub aber eher das Visine gut hilft

Foxi

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Unkreativer](#) on Wed, 29 Aug 2007 08:51:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mal gleich ne Gegenfrage: Welchen Omega-3-Fettsäure Anteil haben die Kapseln (die billigen

haben ca. 30% wie vom Aldi und LIDL) und wieviele nimmst Du pro Tag?

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Foxy](#) on Wed, 29 Aug 2007 09:02:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich nehm 4Kapseln (Aldi)

und kann wärmstens diese beiden Empfehlen (Bild)

von L'Oreal die Augencreme hab kaum mehr Ringe
2x am Tag schmieren

und Visine Augengel kein Jucken mehr und keine Rote Augen

Foxy

File Attachments

1) [Augen.jpg](#), downloaded 703 times



Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Unkreativer](#) on Wed, 29 Aug 2007 09:05:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich denke 4 Kapseln sind da doch etwas wenig, um etwas zu erreichen. Ich nehm täglich 12-15, werde aber demnächst auf höherwertige Kapseln umsteigen, die einen höheren Anteil an O-3-FS haben.

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Foxi](#) on Wed, 29 Aug 2007 09:08:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

eine hat 500mg also 2000mg täglich

Foxi

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [roadbiker](#) on Wed, 29 Aug 2007 09:12:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mhm ich nehm zwei kapseln je 1000mg. wie hoch der fettsäureanteil is, kann ich euch momentan nicht sagen, da ich sie nicht bei mir hab.
diese anti augenringe creme werd ich in nächster zeit auch probieren.
wie oft brauchst du die augentropfen?
ich hab hylo-comod tropfen bzw vitapos augensalbe.

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Foxi](#) on Wed, 29 Aug 2007 09:17:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die Augentropfen nehm ich 2-3mal am Tag
oft auch gar nicht je nach dem wie halt die Augen drücken
kratzen, hab ja hin und wieder Wochenlang gar keine Probleme

das kommt drauf an z.b in der Firma Zugluft
oder Wind dann verstärkt sich das

Foxi

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Unkreativer](#) on Wed, 29 Aug 2007 09:21:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Foxi schrieb am Mit, 29 August 2007 11:08eine hat 500mg also 2000mg täglich
Foxi
Aber nicht Omega-3-Fettsäuren, davon sind in den 4 Kapseln ca. 600mg.

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Foxi](#) on Wed, 29 Aug 2007 09:29:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Unkreativer schrieb am Mit, 29 August 2007 11:21Foxi schrieb am Mit, 29 August 2007 11:08eine

hat 500mg also 2000mg täglich

Foxi

Aber nicht Omega-3-Fettsäuren, davon sind in den 4 Kapseln ca. 600mg.

Ja stimmt

Foxi

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme

Posted by [roadbiker](#) on Wed, 29 Aug 2007 09:35:58 GMT

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

so, bei mir sind 300mg omega 3 fettsäuren in einer kapsel enthalten. sprich ich nehm ebenfalls 600mg täglich zu mir.

wieviel sind in den billigkapseln drinnen?

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme

Posted by [Unkreativer](#) on Wed, 29 Aug 2007 09:40:29 GMT

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

roadbiker schrieb am Mit, 29 August 2007 11:35so, bei mir sind 300mg omega 3 fettsäuren in einer kapsel enthalten. sprich ich nehm ebenfalls 600mg täglich zu mir.

wieviel sind in den billigkapseln drinnen?

150mg pro Kapsel.

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme

Posted by [humboldt](#) on Wed, 29 Aug 2007 10:39:27 GMT

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

Das hört sich ja interessant an! Weiß jemand, was die Fischöl-Kapseln in den Augen bewirken?

Können die Omega3-Fettsäuren den durch Fin zerstörten Tränenfilm wieder regenerieren?

Kann mir da jemand den Zusammenhang erklären? Der leuchtet mir ehrlich gesagt nicht so richtig ein!

Ist es egal, ob man Lachsöl- oder Fischöl-Kapseln nimmt? Wie heißen denn die hochwertigen Kapseln aus der Apotheke?

Kann man überdosieren oder gibt es bei Überdosierung Nebenwirkungen? Gerade bei Langzeitanwendung?

Gruß, humboldt

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Foxi](#) on Wed, 29 Aug 2007 10:51:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.tachherrdokter.de/page.cgi?ID=16954>
<http://www.novamex.de/news/news05/news0511.htm>

Foxi

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Unkreativer](#) on Wed, 29 Aug 2007 11:29:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Die von Aldi und Lidl sind schon ganz ok. Nur muss man bei hohen Dosen halt viele Kapseln nehmen. Und dazu nimmt man hat Öl auf, das man nicht braucht und das sind ja wieder zuviele Kalorien. Immerhin haben 15 Kapseln ca. 7,5g Öl und dementsprechend 60-70 kcal!

Versuch es doch mal mit einer hohen Dosis. Ob es bei Dir jetzt an den Augen hilft, kann Dir wahrs. keiner sagen. Aber schaden wird es sicherlich genauso wenig, wie wenn Du jeden Tag ordentlich Fisch essen würdest! Und da das ein wirklich großes Problem darstellt mit den Augen, sind die 4 Euro pro 120 Kapseln eh ein Witz dagegen!

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [humboldt](#) on Wed, 29 Aug 2007 15:07:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Alles klar, ich probier´s mal! Vielleicht bringt es ja echt was.
Bin dennoch skeptisch! Warum sollen gerade Fischöl-Kapseln bei durch Fin verursachte Augenproblemen helfen??? Wie soll denn da der wissenschaftliche Zusammenhang sein? Gibt es Studien darüber?

Gruß, humboldt

P.S: Die Probleme entstehen ja alle NUR durch die DHT-Hemmung! Ob ich da jetzt bestimmte Fettsäuren zu mir nehme oder ne Tüte Gummibärchen futtere wird dabei wohl egal sein, oder!? Das DHT bleibt ja weiter gehemmt und somit müssten auch die Nebenwirkungen fortbestehen...

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Foxy](#) on Fri, 31 Aug 2007 17:02:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Soll besser wirken als alle bekannten Augentropfen
Augentrost Euphrasia Tropfen

https://www.apo-rot.de/indexproducts.html?_filterkat1=euphra_siaaugentropfen

Foxy

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [humboldt](#) on Fri, 31 Aug 2007 17:08:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja was jetzt? Eher Visine oder diese Tropfen?

Welche Lachsöl-Kapseln sind denn gut aus der Apo? Hat da mal jemand einen guten Link?

Am besten von ner Online-Apo, wo ich gute Augentropfen und diese Kapseln bekomme...einmal Porto reicht.

Firma dankt!

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [humboldt](#) on Fri, 31 Aug 2007 17:14:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

F***, hab´ jetzt wieder mal ein paar Tage Pause mit meiner Mini-Dosis Fin gemacht (schreibe demnächst ne wichtige Prüfung und während der Vorbereitung muss ich nen absolut klaren Kopf haben) und mir geht´s echt besser!

Dachte erst, ich hätte mit 0,125mg tgl. überhaupt keine Nebenwirkungen mehr, aber sowohl die Augenprobleme als auch die Müdigkeit sind nochmal besser geworden!

Komisch, meine Fin-Dosis ist jetzt so gering! Ich check´s nicht. Scheine den Kram einfach nicht zu vertragen...

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Foxy](#) on Fri, 31 Aug 2007 17:20:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Vielleicht doch mal Dut Probiern
kleine Dosis 0,5 alle 4Tage z.b

da sagen fast alle keine Müdigkeit
von Augenproblemen hört man auch nichts

Foxi

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [Gast](#) on Fri, 31 Aug 2007 18:13:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

humboldt schrieb am Fre, 31 August 2007 19:14 Ich check´s nicht. Scheine den Kram einfach nicht zu vertragen...

Aber, nein, sag doch soetwas nicht.

Subject: Re: Kampf gegen Augenprobleme
Posted by [roadbiker](#) on Mon, 10 Sep 2007 20:15:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

und es geht weiter bergauf bzw ich bin ganz geheilt
meine augen sind so wie ich sie vor der fin einnahme kannte. weiß, nicht glasig, sie jucken nicht, sie brennen nicht und ich hab keinen schleier mehr. seit letztem diensttag brauch ich keine augentropfen mehr. die stehen bei mir schon in irgendeinem eck und bleiben da hoffentlich für immer.

lustigerweise hab ich letzten diensttag mit minox und nizoral begonnen und zusätzlich noch meine fin dosis erhöht.

also ich tippe auf die lachsölkapseln....minox wirds ja nicht sein
