

---

Subject: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Cora](#) on Tue, 31 Jan 2012 11:56:16 GMT

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

---

<http://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/hormonstoerungen/default.aspx?sid=803083>

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [mike.](#) on Tue, 31 Jan 2012 12:39:31 GMT

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

---

Cora schrieb am Tue, 31 January 2012 12:56

<http://www.aerztezeitung.de/medizin/krankheiten/hormonstoerungen/default.aspx?sid=803083>

...liegt ja auch nicht nur an Testo ...

E2 kann unter gew. Voraussetzungen aggressiv werden

..wenn E2/P4 nicht im Einklang ist und E2 zu dominant wird ..

E2 kann DHT upregulieren über exprimierung der Androgenrezeptoren und/oder Enzyme ..

Prohormone der NNR .. DEHAs(Dehydroepiandrosteron) und Androstendion können mittels passenden Enzymen in den Zellen zu Testosteron konvertieren und wiederrum zu DHT ohne auffällig im Serum zu sein ...

ist leider alles ein Zusammenspiel mehrerer Faktoren .. unabhängig von Hormonen ist Wachstum induzieren und beibehalten eine Sache der WF und Zellen...

der Artikel ist interessant ... vllt. wirken durch die erh. Serumstestosteronwerte die Prohormone weniger und die AGA wird von hinten gepackt

genau wie Männer richtig vorgehen indem sie nicht DHT senken sondern Estradiol

Wenn Männer DHT mit Avodart "killen" wird der HA aggressiver obwohl weniger DHT in der Theorie ...

interessant ist das alles ... das beweist wieder die downregulation/upregulations-Theorie

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Binne](#) on Tue, 31 Jan 2012 13:42:13 GMT

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

---

@Mike,

Esradiol senken durch Progesteron?!!!

Muss mir den Artikel heute Abend mal in Ruhe durchlesen, jetzt ist die Zeit gerade knapp.

Liebe Grüße!

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Leni82](#) on Tue, 31 Jan 2012 17:29:21 GMT

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

---

@ Mike,

du bist ja mal voll der Experte! Super!

@ Binne,

genau, Estradiol durch Progesteron ausbalancieren und  
im Prinzip, wie wir schon mal gedacht hatten, Testosteron erhöhen, evtl. durch DHEA!?

LG

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Binne](#) on Thu, 02 Feb 2012 20:07:47 GMT

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

---

So,

ich traue mich nun und nehme ab morgen

DHEA 15mg .

War heute mal wieder bei einem Arzt, der sich recht gut mit Hormonen auskennt und der meinte, ich hätte sowas von niedrige männliche Hormone, überhaupt wäre alles sowas von durcheinander ..

Er wollte mir erst 25 mg DHEA aufschreiben, aber da ich eh zu Hause noch 15 mg im Schrank stehe habe, nehme ich die nun erstmal und gehe in 6 Wochen zur Kontrolle...

Eventuell gibt es dann noch etwas Östrogenhaltiges, da auch mein Östrogen im Keller ist .. und ganz vielleicht sogar noch "richtiges" Testo, das aber nur wenn DHEA nicht anschlägt.

---

Ich vermute, die Pille ( 17 Jahre genommen) hat es "geschafft", dass ich kaum mehr Hormone produziere bzw durch das hohe SHBG meine Hormone alle gebunden sind...

Ein "Indikator" für zu wenig DHEA ist zb kaum Achselbehaarung. Ich musste noch nie in meinem Leben mir die Achselhaare rasieren, einerseits natürlich gut, andererseits ist das echt ein Mangel...

Vielleicht kann ich ja irgendwann mal berichten, dass mir MÄNNLICHE Hormone geholfen haben,meinen HA zu besiegen

Liebe Grüße!

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [springflower](#) on Thu, 02 Feb 2012 20:37:19 GMT

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

---

Danke für den Link! Demnach müssten meine Kopfhaare ja nur so sprießen. Aber bei mir liegt es wohl eher am freien Testosteron als am normalen Testosteron. Das ist ja in der Norm, auch wenn an der oberen Grenze.

@Binne

Also was Du zu viel hast, habe ich zu wenig! Ich meine SHBG. Bin mir ziemlich sicher, dass mein chronischer/diffuser Haarausfall daher kommt, dass ich zuviel freies Testo habe. Also in dem Sinn habe ich wohl sicher einen hormonellen Ausfall. Auch wenn mir die Haare überall am Kopf ausgehen und das seit 3 Jahren konstant ohne Unterbrechung.

Da ich die Pille und andere antiandrogene Medis nicht nehmen kann, bin ich halt noch immer am Ausprobieren was helfen könnte und wie ich das SHBG hoch kriege.... Mich würd es einfach interessieren ob sich dann was verändert beim HA.

Magst mir ein bißchen von Deinem geben

Lg Linda

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [tividi](#) on Thu, 02 Feb 2012 22:15:35 GMT

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

---

Ohja ich möchte auch gern SHBG abbekommen !  
Lass uns tauschen..SHBG gegen DHEA

Linda, Was hast du wegen dem SHBG ausprobiert?

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [Ponyfranse](#) on Fri, 03 Feb 2012 08:52:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo!

Mensch, ihr seid alle schon "so weit" mit Euren Forschungen...

Ich tingel' immer noch mit der schei\*\* Pille rum

Ich hab auch nur 3 Flusen Achselhaare und musste nie "groß" rasieren...

-

Ich hab schiss die AIDA abzusetzen

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [mike.](#) on Fri, 03 Feb 2012 12:00:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Binne schrieb am Thu, 02 February 2012 21:07  
DHEA 15mg .

interessant...

NNR Hormon und Hormonvorstufe direkt für androgene

Kinder haben viel DHEA .. wird bis ca. 25 immer mehr .. danach weniger

Kinder habe kaum(kein?) Estrogene und Testosteron

es muss irgendwie einen Zusammenhang geben zw. DHEAs und Haarwuchs .. aber welchen?

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 06 Feb 2012 10:41:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

auch interessant...

es gibt Leute denen vielleicht DHEA bzw. NNR Prohormone schaden können .. besonders wenn die Enzyme der 3-b-HSD ins Spiel kommen

dann gibst Androstendion

das wiederum kann wöglich in Zellen (HF) .. bin mir nicht 100% sicher (keine Arbeit darüber gefunden)

durch Enzym 17-b-HSD in Testosteron konvertiert werden..

wiederrum 5ar -> DHT

ich habe eine interessante Grafik gefunden ... wie die Konvertierungen verlaufen können .. ganz grobe Übersicht zumindest ..

[http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Steroidogene sis.svg&filetimestamp=20100508125833](http://de.wikipedia.org/w/index.php?title=Datei:Steroidogene_sis.svg&filetimestamp=20100508125833)

jedoch diese "Spielvariante" der Hormone und Enzyme würden mich in den HF interessieren und mir fehlen hier Arbeiten (Kopfhautbiopsien..Studien..usw..)

auch hier ist es eine Sache des Trial and Error

PS:

Ich weiß nicht .. ob es hier von Vorteuil wäre die Aromatase zu induzieren .. ?

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Leni82](#) on Mon, 06 Feb 2012 12:29:25 GMT

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

---

Hallo Mike,

ich finds super, dass du dich hier so reinhängst!

Leider ist das für mich teilweise noch Neuland und ich muss deine Beiträge manchmal erst etwas öfter lesen, bzw. googeln

Ich hätte da noch ein paar Fragen an dich, hoffe die sind jetzt nicht all zu "dumm"!

Also, du schreibst, es könnte evtl. DHEA bzw. NNR Prohormone schaden. Denkst du, das könnte auch der Fall sein, wenn DHEA und Testo extrem niedrig ist?

In diesem Fall, oder generell?? würde ja auch Cyproteronacetat nichts bringen!?

Warum empfiehlst du für Frauen Androcur? Das ist mir irgendwie noch nicht ganz klar? Wieso im Prinzip Estradiol senken und dann wieder zuführen?

Du bist ja außerdem ein großer Verfechter von Fin, auch für Frauen, was sagst du dazu?

[http://www.medivere.de/forum/board\\_entry.php?mid=516&id=964](http://www.medivere.de/forum/board_entry.php?mid=516&id=964)

Und keine Angst, ich weiß, dass du kein Arzt bist  
und sorry, wenn ich irgendwas falsch verstanden habe.

Danke schon mal für deine Hilfe!

LG  
Leni

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 06 Feb 2012 13:08:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Leni,

vielen Dank für den Link.

Das mit Progesteron und latente SD UF ist mir bekannt...auch dass Frau Dr. Scheuernstuhl viel von Prog. hält  
Ich halte auch viel von Progesteron...

Hatte einen Selbstversuch .. Yams als NEM erh. Prog. + Aromatasehemmer und SD UF  
Symptome gingen bei mir weg..

Zu Androcur ..

bei vielen hilft es ... es gibt ein paar wenige wo die Prohormone greifen  
also die NNR zuviel davon ausschüttet und bei passenden Enzyme .. siehe oben ..

androcur senkt Testosteron .. die Enzyme der Aromtase (CYP19A1) werden nicht ausreichend besetzt und senkt etwas Estradiol ..

Zitat:Also, du schreibst, es könnte evtl. DHEA bzw. NNR Prohormone schaden. Denkst du, das könnte auch der Fall sein, wenn DHEA und Testo extrem niedrig ist?  
In diesem Fall, oder generell?? würde ja auch Cyproteronacetat nichts bringen!?

richtig

auch wenn beide niedrig sind .. weil keiner weiß, was in den Zellen vorgeht.

bei hoher anzahl an Androgenrezeptoren und passenden Enzyme geht der Spuk weiter (mglw. verlangsamt .. aber er geht weiter)

Zitat:

Leider ist das für mich teilweise noch Neuland und ich muss deine Beiträge manchmal erst etwas öfter lesen, bzw. googeln Wink

Je mehr sich intensiv damit befassen desto lieber ist mir das

LG  
Mike

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [mike](#) on Mon, 06 Feb 2012 13:20:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ergänzend

Prog. bei Männern hat eben auch seinen Vorteil .. Gynäkomastie bildet sich zurück .. E2 bleibt auf unterm Niveau, DHT wird nicht upreguliert .. bessere Haare.. das hatte ich alles pers. durchgemacht ..

ebenso sorgt es bei Frauen, dass E2 nicht zu dominant wird .. Wassereinlagerungen usw...

Super Link Leni.

Danke Dir

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [Leni82](#) on Mon, 06 Feb 2012 13:30:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Mike,

danke für deine Antwort!

Bei dem Link gings mir auch darum:

Was halten Sie von alpha-5-reduktase Hemmer (finasterid) das hatte mir der Endokrinologe verschrieben um den DHT-wert zu normalisieren. > Progesteron ist der bessere Weg

Das hat bei mir nichts gebracht ausser das mein Östrogenspiegel nach oben gegagen ist. > eben  
Der DHT Wert ist komischerweise gleich geblieben bei über 2500 (!!)

Heißt das, dass Fin nicht unbedingt hilft?

Also das mit Androcur ist mir leider immer noch nicht ganz klar.  
Das ist ja quasi auch der Wirkstoff Cyproteronacetat..  
Das hatte Binne doch schon mal ganz genau erklärt:

"Dort heißt es, dass wenn man "Cyproteronacetat" gibt ( das ist der Wirkstoff zb in der Diane oder auch Androcur, ich denke, mit den anderen antiandrogen Pillen verhält es sich ähnlich!) dass dann zuerst Prog gedrosselt wird, danach Estradiol ( viele Mädchen haben ja nach jahrelanger Pilleneinnahme kaum mehr Prog und Östrogene, wurde alles runtergefahren) und erst dann wird die DHT Bildung geblockt. Das Testo, das dann durch die Pille angegriffen wird und "überlebt", produziert dann wie blöd DHT, deshalb haben ja viele TROTZ der Pille Haarausfall!!! ( so wie ich..eben weil der Hormonspiegel an sich total unausgeglichen ist)"

ok, was konkret würdest du empfehlen, wenn Östrogen niedrig, Progesteron niedrig (jetzt hoch, da 3 Monate gecremt) DHEA niedrig, Testo niedrig, Cortisol ok, SHBG hoch, was gibts noch?

Das Ganze mit 100%iger Sicherheit durch Stress ausgelöst.

Ob ich mich dann an die Chemiekeulen ran traue, is noch mal was anderes...

DANKE!

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [wuschel63](#) on Mon, 06 Feb 2012 13:43:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Mike,

woran kann es denn deiner Meinung nach liegen, wenn sich Progesteron nicht positiv auf die Haare auswirkt

Ich habe in einem Selbstversuch 3 Monate eine 3% Prog. Creme 2 x tgl. benutzt, weil sie mir von einer Userin aus einem anderen Forum (die sehr gute Erfolge damit hatte) empfohlen wurde. Leider hatte ich in dieser Zeit noch mehr HA als ohnehin, so dass ich sie panisch wieder abgesetzt habe. Dass ich zu wenig Progesteron habe, ist allerdings auch erwiesen und zudem auch schon seit vor Beginn des HA unter Dauerstress bin. Cortisolwert im Speichel ist bei mir unterhalb des Minimum-Referenzwertes.

LG wuschel

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Leni82](#) on Mon, 06 Feb 2012 13:52:04 GMT

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

---

Hallo Wuschel,

ich glaube, dass du zu schnell zu viel Creme benutzt hast.

Fr. Scheuernstuhl hat mir erklärt, dass dann die Rezeptoren wohl dicht machen.

LG

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [wuschel63](#) on Mon, 06 Feb 2012 14:03:23 GMT

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

---

Hi Leni,

aber ich habe wirklich nur so eine kleine Menge gecremt, dass gerade was in der Handfläche war

Würde ja gerne nach mehr als einem Jahr nochmal einen Versuch starten, habe aber Panik, dass es von ca. 400 Haaren bei der Wäsche wieder auf mindestens 600 Haaren steigt .

Hast du eigentlich eine Ärztin vor Ort oder läßt du dich nur von Frau Dr. S. behandeln? In meiner Nähe gibts leider niemanden, der sich mit bioidentischen Hormonen auskennt.

Gruß wuschel

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Leni82](#) on Mon, 06 Feb 2012 15:30:53 GMT

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

---

Hallo Wuschel,

tja, dann weiß ich auch nicht so genau, evtl. mal mit einer 1%igen Creme einsteigen?

Ich bin bei Fr. Dr. Scheuernstuhl.

Vielleicht kann ja ein Arzt auch telefonisch was machen!?

Oder du nimmst halt ein mal einen längeren Weg auf dich.

LG

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Binne](#) on Mon, 06 Feb 2012 18:02:04 GMT

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

---

@Mike, Leni:

DEHA SOLL ja in Testo umgewandelt werden!

Deshalb nehme ich DHEA, damit meine männlichen Hormone steigen... ob damit auch automatisch mein DHT steigt kann keiner sagen und ob das überhaupt ausschlaggebend für den HA ist weiß ja eben auch keiner so genau... entweder man hat empfindliche Rezeptoren für das DHT und dann fallen sie auch bei einem niedrigen / normalhohen DHT aus oder man hat hohes DHT und keinen HA ( im SD-Forum hatte mal eine Frau einen super super hohen DHT Wert, aber keinen HA!!), von daher würde ich mich nun gar nicht mehr soooo auf das DHT versteifen... in dem Link stand ja auch, dass ENTEGEGEN der Erwartungen, eine Testozufuhr ( und die Frauen haben viel viel mehr Testo zugeführt bekommen als unsere 15 bis 25 mg DEHA ) HA auslöst, der HA bei über 60 % besser wurde!!  
Interessant auch die Beobachtung (für mich persönlich), dass gerade Frauen mit einem niedrigen BMI ( also eher dünnere Frauen) von Testo profitiert haben.

Auch wenn DHEA für mich nun HA-technisch vielleicht nicht der "Burner" wird, so werde ich hoffentlich durch das DHEA etwas stressfester, kraftvoller... das sind ja auch positive Eigenschaften des DHEA's.

@Leni, meine FÄ meinte ja zu mir, dass die Pille ( Androcur) nichts für mich wäre aufgrund der niedrigen männlichen Hormone!

Ich hatte neulich Kontakt mit einem Mädels hier aus dem Forum die aber leider nicht mehr hier schreibt, die seit längerem FIN nimmt, aber trotzdem täglich über 100 Haare verliert. Sie ist sich unsicher, ob FIN nun überhaupt was nutzt bei ihr ( ihr DHT war / ist auch erhöht) oder ob ihr HA nicht auch andere Ursachen hat ( zb SD).

@Wuschel: ich würde auch sagen, dass 3 Monate zu kurz waren um eine gute Wirkung des Progs zu erzielen. Und vielleicht zudem noch ( für dich!) zu viel geschmiert. Frau Scheuerstuhl spricht in diesem Zusammenhang auch von einer Erstverschlechterung... ich schmiere ja 10% und davon immer nur einen Hauch...

LG!

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [mike](#) on Mon, 06 Feb 2012 18:16:34 GMT

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

---

Hallo Binne, Hallo Wuschel,

das glaube ich auch .. 3 monate Prog. ist zu kurz um was zu sagen ...mglw. war es shedding .. wichtiger ist .. wie die neuen Haare nachwachsen .. von der Struktur her.

P4 hat ja mE auch den Vorteil .. E2 und DHT "abzuschwächen"

auch interessant ... Fr. Dr. Scheuernstuhls Theorien .. über P4

zu DHEA .. kann ja T und DHT erhöhen über 3-b-HSD und dann 17-HSD Enzyme  
..letztendlich 5a-R muss aber nicht sein .. und wer weiss .. Kinder haben mW kein E2 und kein T  
...aber DHEA ua... und guten Wuchs

@Leni:

Zitat:"Dort heißt es, dass wenn man "Cyproteronacetat" gibt ( das ist der Wirkstoff zb in der Diane oder auch Androcur, ich denke, mit den anderen antiandrogen Pillen verhält es sich ähnlich!) dass dann zuerst Prog gedrosselt wird, danach Estradiol ( viele Mädchen haben ja nach jahrelanger Pilleneinnahme kaum mehr Prog und Östrogene, wurde alles runtergefahren) und erst dann wird die DHT Bildung geblockt. Das Testo, das dann durch die Pille angegriffen wird und "überlebt", produziert dann wie blöd DHT, deshalb haben ja viele TROTZ der Pille Haarausfall!!! ( so wie ich..eben weil der Hormonspiegel an sich total unausgeglichen ist)"

ok, was konkret würdest du empfehlen, wenn Östrogen niedrig, Progesteron niedrig (jetzt hoch, da 3 Monate gecremt) DHEA niedrig, Testo niedrig, Cortisol ok, SHBG hoch, was gibts noch?

Das Ganze mit 100%iger Sicherheit durch Stress ausgelöst.

Cyproteronacetat fährt indirekt FSH und LH runter

darum kaum E2, T, P4 usw... Gonaden werden runtergefahren ..

bei beiden Geschlechtern ..

man wird förmlich abhängig von der Pille .. und von dem Ethanylestradiol welches enthalten ist .. welches einen schlechten Ruf hat.. und positiv auf Haare und Gesundheit kann das auch nicht sein..

Mich interessiert hier .. wie die Hypophysehormone aussehen bei Dir.

LH, FSH

LG

Mike

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Cora](#) on Mon, 06 Feb 2012 18:22:06 GMT

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

---

mike. schrieb am Mon, 06 February 2012 19:16 Kinder haben mW kein E2 und kein T ...aber

DHEA ua... und guten Wuchs

Spricht dafür, dass in der Kindheit noch nicht zu E2 oder T umgewandelt wird. Oder? Was bei Erwachsenen aber so oder so passiert ... soll heißen, auch wenn man DHEA substituiert. Es IST doch ne Vorstufe von E und T, oder hab ich das falsch in Erinnerung?

Wäre also ein interessanter Anhaltspunkt, scheint mir nur leider für unsere Situation irrelevant ...

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Leni82](#) on Mon, 06 Feb 2012 18:50:38 GMT

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

Hi Mike,

ach ja stimmt, die hab ich ganz vergessen,  
FSH und LH sind leicht über dem Normbereich, war allerdings zur Zeit als ich noch gestillt hab, bei früheren Werten war FSH normal und LH erhöht. Das spricht doch auch für eine Unterfunktion der Eierstöcke...

Hi Binne,

habe den Artikel übrigens mal an Fr. Dr. S. gemailt.  
Sie findet ihn nicht gut, da es keinen Sinn macht nur ein Hormon zu betrachten und nicht das von einander abhängige Zusammenspiel aller Steroid- Hormone.  
Werde mit ihr auch noch mal wegen DHEA sprechen oder 7Keto DHEA, mal sehen was sie sagt.  
Bräuchte nämlich auch dringend noch etwas mehr Antrieb.

LG  
Leni

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Binne](#) on Mon, 06 Feb 2012 20:02:38 GMT

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

@Cora, DHEA ist ein Vorhormon von E und T, da hast du Recht!  
D. M möchte schauen, ob DHEA in meinem Fall es schafft, T und E zu heben, da bei mir ja auch E zu wenig ist...

In 6 Wochen wird der DHEA Wert kontrolliert und noch einmal eine BE gemacht. Danach wird entschieden, ob ich noch zusätzlich E einnehmen / schmieren soll...

@Leni, hat Frau S. dir nicht auch erst vorgeschlagen, DHEA zu geben? Und du hast dich dann erst einmal für Mönchspfeffer entschieden?

LG

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [mike](#) on Tue, 07 Feb 2012 06:15:27 GMT

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

---

@Binne:

Was mich interessiert bei Deinem Selbstversuch...

mehr DHEA .. weniger Sexualhormone ?

übernimmt DHEA ebenso wichtige Funktionen ?

DHEA und IGF-1 ++? und weniger Androgene ? .. Das wäre "traumhaft"

wird spannend

@Leni: Bei Dir scheint einiges "verdreht" zu sein..

Was hast bis Dato eingenommen und wie lange?

LG

Mike

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [thana](#) on Tue, 07 Feb 2012 15:53:53 GMT

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

---

Hallo,

ich finde das Thema sehr spannend,  
denn ich nahm die Pille sehr viele Jahre erst erfolgreich und später dann leider nicht mehr erfolgreich. (Das könnte von Leni Beschriebenes bestätigen?) Deswegen setzte ich sie ab und dann wurde natürlich alles noch viel schlimmer.

Aus Angst begann ich ganz schnell wieder damit und konnte den HA reduzieren aber nie wegbekommen. Dazu kamen die berühmten Kopfhautschmerzen. Ich gewöhnte mich an den HA der nicht so schlimm war wie ohne.

Doch leider begannen die Probleme mehr zu werden, ständiger Vaginalpilz. Ich bekam zusätzliches Östrogen zum cremen und Progesteron, weil ich von der Östrogencreme totale NW hatte.

2 Jahre das volle Programm, Hormone ohne Ende und NW ohne Ende. WICHTIG: Mir viel

nämlich auch auf, dass durch das Progesteron der HA mehr wurde. Als ich am Anfang nur Östrogencreme nahm, war mein HA komplett weg !  
Aber wegen der NW musste ich das Progesteron nehmen und da viel mir dann der noch vermehrte HA als früher nur mit Pille auf.

Aufjedenfall gehen mir die Haare auch seit etlichen Jahren diffus aus.

Vor drei Wochen habe ich die Pille komplett abgesetzt und warte was jetzt passiert.

LG

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [mike](#) on Tue, 07 Feb 2012 16:26:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

..hmm das wird hier auch so sein ..

verh. P4 / E2 ... scheinbar immer Verh. wichtig.

Nur wie weiss man, wie die eigene Harmonie aussehen soll ?

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [shania01](#) on Wed, 08 Feb 2012 14:50:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich bin langsam auch ratlos  
Habe durch die Progcreme meinen Mangel ausgeglichen, nun ist das Testosteron total im Keller und DHEA explodiert auf das Doppelte.  
Denke das die Creme schon geholfen hat verstehe nur die ganzen Verschiebungen nicht.....  
Zumal meine SD ja auch noch behandelt wir.....

Ein endloser Kreislauf ohne Antworten.

Grüße Shania

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [Binne](#) on Wed, 08 Feb 2012 17:51:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bei wem bist du in Behandlung?  
Hat dein Arzt dazu eine Meinung?

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [shania01](#) on Wed, 08 Feb 2012 18:37:12 GMT

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

---

Ich denke bin leider bei einem falschen Arzt, da er keine Tests macht. Den habe ich selbst veranlasst und bespreche ihn dann mit einem anderen Arzt, meinem Hausarzt.

Dieser besagte erste Arzt, gibt nur Hormonsprechstunden.

Er wollte mir auch einen Test für eine andere Untersuchung anbieten, die ich privat zahlen müsste. Dann rief ich bei meinem Hausarzt an, der würde den Test zur Kassenleistung machen.

Ich verstehe die Ärzte nicht mehr....?

Ich denke mein einer Wert ist vielleicht zu hoch, weil mit meiner SD Dosierung was geändert wurde.

Bin aber unsicher ob es da Zusammenhänge gibt.

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Mr.Goodkat](#) on Wed, 15 Feb 2012 20:36:09 GMT

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

---

Hi,

hier mal ein Link für Euch zum Thema.

<http://www.team-andro.com/sonstiges/prohormone/>

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Binne](#) on Thu, 16 Feb 2012 05:25:02 GMT

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

---

Hey, danke für den Link!!

Ist ja interessant, was dort über DHEA steht..

Ich nehme seit 14 Tagen DHEA,

setze es aber ab heute wieder ab,

da ich den Eindruck habe, dass sich mein HA wieder verschlechtert hat

Nun war ich fast 3 Wochen HA-frei ( traumhaft!!), nun geht es doch glatt wieder los.

Kann für mich nur am DHEA liegen ( meine Haare reagieren immer sehr sehr schnell!!) , denn aggressiv bin ich auch geworden ... von daher wirkt DEHA bei mir wohl in irgendeiner Weise extrem rasch...

Vielleicht versuche ich es doch mit Mönchspfeffer?!

Bin nun gespannt, ob sich der HA wieder nach Absetzen des DHEA's bessert...

---

LG!

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [mike](#) on Thu, 16 Feb 2012 12:42:07 GMT

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

---

interessant ... Frauen nehmen DHEAs und ASD erhöht sich innerhalb Stunden

Enzyme der 3-beta-hydroxysteroid-dehydrogenase (3-b-HSD)  
dürften hier bei Frauen vermehrt zur Verfügung stehen .. klar denn eine Frau bezieht ihr T fast ausschließlich aus den NNR... und ist auf diese Enzyme eher angewiesen als ein Mann..

ASD direkte Vorstufe zu Testosteron!

Darum ist zb. Androcur kein Wundermittel

und manchmal bei Frauen Fin vorzuziehen

da Zellenebene

Auch bei meinem Selbstexperiment mit Androcur erfuhr ich ab ca. Wo. 3 trockenere feinporigere Haut .. wie ein Kind.. Haut wurde feiner.. ich wirkte etwas jünger .. wurde ein paar mal als Frau angesprochen (lange Haare)

nun genau im 2. Monat bekomme ich wieder leicht fettige Stirn...

Libido nimmt wieder zu .. trotz Androcur...

es könnte sein, das Minox, welches ich wieder habe seit anf. Feb. .. hier Steroiden-Stoffwechselforgänge induziert (darum fettige Stirn) oder allg. eine Rezep.-Upregulation der AR geschieht ..

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Binne](#) on Thu, 16 Feb 2012 16:15:00 GMT

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

---

Hallo Mike,

was ist denn "ASD"?

LG!

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [mike.](#) on Thu, 16 Feb 2012 18:25:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ASD = Androstendion

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [lala](#) on Mon, 15 Oct 2012 16:43:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Binne schrieb am Thu, 16 February 2012 06:25 Hey, danke für den Link!!

Ist ja interessant, was dort über DHEA steht..

Ich nehme seit 14 Tagen DHEA,  
setze es aber ab heute wieder ab,  
da ich den Eindruck habe, dass sich mein HA wieder verschlechtert hat  
Nun war ich fast 3 Wochen HA-frei ( traumhaft!!), nun geht es doch glatt wieder los.  
Kann für mich nur am DHEA liegen ( meine Haare reagieren immer sehr sehr schnell!!) , denn  
aggressiv bin ich auch geworden ... von daher wirkt DEHA bei mir wohl in irgendeiner Weise  
extrem rasch...  
Vielleicht versuche ich es doch mit Mönchspfeffer?!  
Bin nun gespannt, ob sich der HA wieder nach Absetzen des DHEA's bessert...

LG!

hi binne

wieviel mg DHEA hattest du denn genommen?  
besserte sich der HA wieder nachdem du es abgesetzt hattest?

hast du es dann mal mit mönchspfeffer versucht?

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 15 Oct 2012 17:22:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

DHEAs hat 2 Möglichkeiten

entweder es besetzt anstatt von DHT, T, ASD.... die androgenrezeptoren oder und es konvertiert zu ASD>T.... \\ ASD>E1>E2 ..

androgenschiene oder estrogenschiene..

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Binne](#) on Mon, 15 Oct 2012 18:56:07 GMT

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

@lala, ich habe 15 mg DHEA genommen.mein Ausfall wurde kurzfristig besser,bevor er ab Mai bis heute nun shedding Ausmaße angenommen hat...

@mike,hast du eine Idee,durch welchen wirkmechanismus sich DHEA erhöht,wenn man Prog schmirt??

Schmiere seit 4 mon und mein dhea ist mit 130 (Einheit weiß ich grad nicht) so hoch wie nie...sonst liegt mein dhea bei 20...

Mehr dhea,mehr dht??

Danke dir!

Lg

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [mike](#). on Mon, 15 Oct 2012 19:16:05 GMT

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

Prog. ist ein paar Stufen vor DHEA .. wenn der Mechanismus so ist..kann es sein, das letztendlich mehr DHEAs > mehr ASD>mehr DHT...

ASD, T kannst je zverlässig bestimmen lassen

ASD (= Androstendion) schadet direkt wenn es am AR haftet

Progesteron hat auch affinität zum AR... und mit ziemlicher sicherheit sogar positive Wirkung oder wenigstens neutral...

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Binne](#) on Mon, 15 Oct 2012 19:49:33 GMT

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

---

@Mike,

danke für die rasche Antwort.

Das Zusammenspiel der Hormone ist wirklich ein Kapitel für sich

Ich hatte eigentlich Prog geschmiert, um mein hohen DHT Wert zu senken, was mir auch gelungen ist. Der DHT Wert sank nach 2 Monaten cremen und LT erhöhen.

Nun weiß ich auch nicht mehr weiter... wäre der DHT Wert auch so wieder gesunken? Ohne Schmierer?

Denn nun lässt Prog ja anscheinend die männlichen Hormone steigen, DHEA steigt und mein T-Wert ist immerhin bei 12 ( 9-49), so hoch wie selten .

Zudem vermisse die "Gute Laune Wirkung" von Prog, bin seit Wochen wieder verstärkt schlecht gelaunt und aggressiv...

Vielleicht traue ich mich mal, wenn ich demnächst meine Perücke habe, und setze mal ALLES ab... LT und Prog und schaue dann mal, wie es weiter geht...

Meine Haare können ja dann nicht mehr weiter ausfallen

LG!

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [lala](#) on Mon, 15 Oct 2012 19:57:32 GMT

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

---

hi binne

hmm., aber DHEA und Testo schaden deinem haar soweit ich weiß nicht direkt (falls normwertig), sondern nur durch die umwandlung zu DHT (oder?)

ich würde das nicht alles auf einmal absetzen, sondern erstmal prog reduzieren.

wieviel % prog hat deine creme?

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Binne](#) on Mon, 15 Oct 2012 20:17:11 GMT

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

---

3% hat die creme.

Ich hatte vorher 10%, darauf habe ich bei weitem nicht so stark reagiert wie nun auf die 3%...ich habe aber auch sehr eifrig gecremt...

---

Hast du vor, dhea zu nehmen?

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [lala](#) on Tue, 16 Oct 2012 18:45:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

hi binne

ich nehm es schon 5 wochen. 10 mg  
aber deshalb, weil ich einen mangel habe bzw. hatte. bin nun im referenzbereich.

hattest / hast du auch einen mangel?

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [Binne](#) on Tue, 16 Oct 2012 19:51:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi,

ich hatte schon immer einen DHEA Mangel, unterirdische Werte um die 20 ( die untere Grenze bei dem Speicheltest geht glaube ich bei 140 erst los )..

Ich habe dann eine Zeitlang Pregnenolon und DHEA genommen und mein Wohlbefinden wurde echt besser; ich war ausgeglichen und gut drauf.... bis der HA wieder los ging und mein DHT Wert dreimal so hoch war wie die Obergrenze Testo war auch sehr weit oben ( auch das war zu Beginn ganz ganz unten, teilweise nicht messbar).

Ich schloss daraus, dass DHEA und Preg mein T schön gepuscht haben, DHT gleich mit. Habe dann aus Angst wieder beides abgesetzt.

Nun ist mein DHEA ja wieder gestiegen, ich vermute, durch Prog.

Bei dir sieht man ja auch recht gut, dass DHEA schnell anschlägt, wenn du nach nur 5 Wochen schon im Referenzbereich bist!

LG!

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [lala](#) on Wed, 17 Oct 2012 20:31:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

ja...

habe auch testo mittesten lassen, ob zu sehen ob es mitsteigt.

ist zwar leicht gestiegen, aber (noch) super im ref.bereich (0,62 bei ref 0,02-3,09)

---

ich mache mit DHEA weiter

gegen DHT habe ich ja fin

aber DHT war bei mir schon vor der FIN einnahme niedrig.

mein "problemkind" ist und bleibt progesteron

ich weiß einfach nicht in welcher dosierung ich es wie nehmen muss damit

a) mein zyklus bzw. eisprung unberührt bleibt

b) mein zyklus profitiert (keine kürzer werdenden zyklen; gelbkörperschwäche auffangen)

c) es als "brustkrebsschutz" wirksam ist

ich steuere nun 20 mg / Tag transdermal (aufgetragen auf die brust) an

ist schwierig das thema, finde ich

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [Wallemähne](#) on Wed, 17 Oct 2012 22:51:26 GMT

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

---

lala schrieb am Tue, 16 October 2012 20:45hi binne

ich nehm es schon 5 wochen. 10 mg

aber deshalb, weil ich einen mangel habe bzw. hatte. bin nun im referenzbereich.

hattest / hast du auch einen mangel?

Hi lala und Binne,

@ lala: Hallo erstmal... und sorry... Ich war 'ne ganze zeitlang out of order... War einiges los (und ist es noch). Darf ich wieder mit einsteigen? Finde das Thema nämlich immer noch genauso schwierig, wie interessant. Mache mir jeden Tag Gedanken darum, komme nur einfach kaum noch zum Schreiben.

Greife Deiner Antwort jetzt mal vor und hoffe auf ein Ja . Was macht der HA? Und hast Du weiter Neuwuchs? Halten die Haare?

Also ich nicht. Kein Neuwuchs an den kritischen Stellen. Langsam wird's echt knapp mit Haaren.

Du hast es zwar schon mal wo geschrieben, aber ich finde es jetzt gerade nicht. Wie hoch war denn Dein DHEAS früher gleich nochmal und wie ist es jetzt?

Hattest Du während der Einnahme von DHEA anfangs vermehrten HA oder sogar Shedding?

@ Binne: Auch an Dich Hallo erstmal... Wird es denn bei Dir überhaupt nicht besser? Nicht mal ein ganz kleines bisschen? Was nimmst Du denn gerade aktuell an Medis?

Ich finde Euch alle echt "mutig" mit dem Prog. Sei es nun cremen oder schlucken. Bei mir fingen dadurch die Haare sofort wieder an zu rieseln - und das zu meiner allerbesten Fin-Zeit und mit den besten Zahlen. Seither traue ich mich da genauso wenig ran, wie an Minox. Und denke doch, dass beides wichtig wäre.

Was meinen HA anbelangt, meine Zahlen sind im Moment so naja. Weder besonders schlecht (jetzt jahreszeitbedingt), aber auch ganz bestimmt nicht besonders gut. Und bei mir (wie bei so vielen anderen auch) ist im Moment jedes Haar ein Dilemma. Es wächst nichts nach und so lichte ich natürlich weiter aus.

Du hast irgendwo kürzlich geschrieben, Du hättest schon seit Mai sheddingähnliche Zahlen. Seit Mai???

Cremst Du jetzt wieder seit dem 16.ten? Die "Gute-Laune-Wirkung" von Prog habe ich nie kennengelernt, hätte bei mir aber auch nicht funktioniert, wenn parallel dazu die Haare ausfallen (da würden mich nicht mal mehr starke Drogen glücklich machen).

Gibt es irgendjemanden im Forum, dem unter Prog die Haare nicht vermehrt ausgefallen sind? Oder der sogar einen HA-Stopp damit erzielt hat? Neuwuchs gar?

Ich drücke Dir die Daumen.

Gute Nacht und LG an alle,  
Walle

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen

Posted by [mike.](#) on Wed, 17 Oct 2012 23:16:17 GMT

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

---

Progesteron ist schon Fluch und Segen zugleich..

einerseits blockiert es den AndrogenReceptor..

auf der anderen Seite ist es vorstufe für sämtliche Geschlechtshormone..auch der androgene..das wird Prog. eher als Estrogen...  
kommt auf die Enzymausstattung an, jeder ist hier anders aufgestellt..

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [Wallemähne](#) on Thu, 18 Oct 2012 11:48:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hello...

mike. schrieb am Thu, 18 October 2012 01:16 Progesteron ist schon Fluch und Segen zugleich..

einerseits blockiert es den AndrogenReceptor..

auf der anderen Seite ist es Vorstufe für sämtliche Geschlechtshormone..auch der androgene..das wird Prog. eher als Estrogen...  
kommt auf die Enzymausstattung an, jeder ist hier anders aufgestellt..

Habe schon gesehen, dass Du bereits im Februar über Prog geschrieben hast. Das war noch vor meiner Zeit hier im Forum. Finde den Thread SEHR interessant

Sehr viele gute Überlegungen, Erfahrungen, Wissen und Spekulationen (Bauchgefühl).

Muss den Thread wahrscheinlich 10x lesen und viel nachgoogeln, weiß gar nicht, wo ich die Zeit hernehmen soll und hoffe, dass ich auch so mitschreiben darf.

Mike, kann man mit irgendeiner Untersuchung herausfinden, ob man da viele oder wenige hat (AR). Sorry, wenn die Frage so laienhaft formuliert ist. (Besser kann ich es nicht)

Zitat:Zitat:

Also, du schreibst, es könnte evtl. DHEA bzw. NNR Prohormone schaden. Denkst du, das könnte auch der Fall sein, wenn DHEA und Testo extrem niedrig ist?

In diesem Fall, oder generell?? würde ja auch Cyproteronacetat nichts bringen!?

richtig

auch wenn beide niedrig sind .. weil keiner weiß, was in den Zellen vorgeht.

bei hoher Anzahl an Androgenrezeptoren und passenden Enzyme geht der Spuk weiter (mglw. verlangsamt .. aber er geht weiter)

Ich überlege seit Wochen so ähnliche Sachen, verstehe aber leider immer noch viel zu wenig. Nur eines: dass ich Testo ebensowichtig für die Haare halte wie E2, usw.

Meine Freundin ist 47, strotzt vor Vitalität und Sex, von den WJ bei ihr noch min. die nächsten

5 Jahre keine Spur, hat schöne lange und gesunde Haare, kümmert sich Null um ihr T und E2. Und so wie sie vor - T'schuldigung - Sex dampft, KANN sie nur superviel Testo haben. Also tut Testo ihr für die Haare schon mal supergut. Sie hat aber auch keine AGA.

Viele Grüße und schönen Tag an alle,  
Walle

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [mike](#) on Thu, 18 Oct 2012 13:26:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Eine Kopfhautbiopsie kann das...

oder man blockt einen Teil der AR weg und beobachtet..

---

---

Subject: Aw: Heute in der Ärztezeitung: Haarausfall bei Frauen  
Posted by [lala](#) on Thu, 18 Oct 2012 18:29:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

tja.. und kann man auch die enzyenausstattung testen

hi walle erstmal

überhaupt kein problem, dass du in letzter zeit seltener da warst. wenn ich keinen HA habe bin ich oft monate nicht hier

DHEA:

mein wert war IMMER unterm ref.bereich. schon 2007 und früher im Jan 2012 war er bei 1,0 (ref 1,5 - 2,8 glaube ich)

jetzt war er (gemessen direkt im labor) bei 144,6 (ref 98,8 - 340)

@Binne: es gibt ein DHEA (Keto), das nicht in Sexualhormone umgewandelt werden soll  
<http://www.vitabasix.com/hormone-hormonaehnliche-substanzen/dhea-7-keto/dhea-7-keto-produktinformation.html>

mein testo hat sich leicht miterhöht, kein problem also

DHT hab ich nicht messen lassen, da ich da sicher im grünen bereich bin (FIN oral und auch wieder topisch) - außerdem ist der wert so teuer im labor

morgen ruf ich an wg antiox. kapazität. dann sehe ich was die 6 wochen NEMs gebracht haben

HA wie gesagt besser, neuwuchs stabil

meine hormone will ich in ordnung haben, wieviel sie nun am HA auch schuld oder nicht schuld sein mögen

übrigens: ich habe dr. rimkus angeschrieben (der ja bekanntlich zum thema "hormone" einiges auf dem kasten hat v.a. zum thema progesteron)

auch er kann keine konkrete dosierempfehlung für prog. abgeben. ich stelle mich also noch auf eine längere testphase ein

aber (und er hat ja recht!) er sagt: so wenig wie möglich (von ALLEN hormonen) und den körper so viel wie möglich selber machen lassen. wäre ich in den wechseljahren würde er mir seine "rimkus-kapsel" empfehlen, aber nun bin ich eben 31.

er hat mir mönchspfeffer empfohlen, das versuche ich jetzt

ich sollte schwanger werden, vllt kommen die hormone dann wieder in schwung. es ist wohl durch 15 jahre pille einiges eingeschlafen (rimkus benutzte das wort "kastriert" )

wg AR: um diese behandlungslücke auch noch zu schließen, werde ich im frühling / frühsommer entweder mit fluta oder mit CPA topisch einsteigen. und bis sept durchziehen.