

---

Subject: Sport - Testosteron

Posted by [egal123](#) on Tue, 19 Mar 2013 13:16:16 GMT

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

---

Liebe Forumsgemeinde, ich habe eine Frage bzgl. Testosteron und Sport und der daraus resultierenden Konsequenz auf den Haarausfall.

Mir ist bewusst dass das Thema Sport und Haarausfall bereits diskutiert wurde, für meine Begriffe aber noch zu wenig ausdifferenziert und deswegen möchte ich noch einmal das Thema ansprechen.

Was auf jedenfalls empirisch gesichert ist, ist dass Sport, va. intensiver Sport (Krafttraining bzw. schnellkräftige Aktionen), den Testosteronspiegel ansteigen lässt. Das muss aber jetzt noch lange nicht bedeuten, dass das Auswirkungen auf den Haarausfall hat.

Mich würde hier an dieser Stelle interessieren was eure Meinung zum Thema Sport und Haarausfall ist. Vorzugsweise natürliche persönliche Erfahrungen. Hat jemand die Erfahrung gemacht, dass Sport den Haarausfall beschleunigt? Mir ist klar, dass Sport sicher NICHT der Auslöser von Haarausfall ist, nur würde es mich interessieren ob dieser eben durch Sport und daraus resultierender Testossteigerung bei ungünstiger Erbanlagen beschleunigt werden könnte.

Ich treibe seit meinem 8 Lebensjahr wirklich extensiv u intensiv Sport und ich frage nicht ob womöglich das die Ursache sein könnte warum bei mir der Haarausfall wesentlich schneller vorangeht im Vergleich zu meinem Opa (ws hab ich den HA von ihm vererbt - es gibt nämlich sonst kaum registrierte Fälle in meiner Familie)