
Subject: Phytoöstrogene

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Wed, 24 Jul 2013 21:46:46 GMT

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

(Phyto= Pflanzliche)östrogene sind den Menschlichen sehr ähnlich und können den Rezeptor Belegen woran sonst die 2 Androgene DHT und Estradiol aktiv sind.

Ein weiterer Vorteil ist das die Aromastase (Test -> Östro) gemildert / gehemmt wird und somit mit höherer Libido zu rechnen ist.

Da die Rezeptoren dann schon durch das "schwache" Phytoöstrogen zu ist sollte sich der gesamte Hormon Haushalt normalisieren.

Bei den Asiaten sieht man es am besten das die Soja Produkte ne super Wirkung habe. Man denke nur an den EMO Style Und bei den Frauen ist Meno Pause ein Fremdwort.

Es gab mal ne Studie mit Isoflavone und Capascin Topisch und hatte gute Ergebnisse.

Das "normale" Östrogen hat Einfluss auf IGF-1. Es senkt glaub diesen? Isoflavone können diesen wieder Erhöhen.

Leider werden Soja Produkte nicht von grossem Nutzen sein da uns die Enzyme zur optimalen Aufnahme fehlen.

Zudem ist er leider immer mehr mit Gentechnik "Versäucht".

Zum Glück haben wir in Europa auch viele Phytoöstrogen haltige Lebensmittel.

Da sind zb Granatapfel, Linsen, Erbsen, Bohnen, Leinsamen, Basilikum und sicher noch einige mehr.

Besonders hervor zu heben ist der Rotklee. Dieser wächst fast Überall vor unserer Nase und enthält mehr Phytoöstrogene als Soja!

Zudem enthält er alle 4 Arten von Isoflavone.

Er wird auch unter anderem bei Prostatakrebs verschrieben (Trinovin). In einem Forum hat ein 42 Jähriger mann von neuem Haarwachstum geschrieben nach Einnahme von Trinovin.

In einem Ami Forum wurde spekuliert das eventuell auch Silizium welches Trinovin entahlt ist synergetisch wirkt.

Was haltet ihr davon?

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [mike.](#) on Wed, 24 Jul 2013 21:59:56 GMT

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

reneschau schrieb am Wed, 24 July 2013 23:46(Phyto= Pflanzliche)östrogene sind den Menschlichen sehr ähnlich und können den Rezeptor Belegen woran sonst die 2 Androgene DHT und Estradiol aktiv sind.

Ein weiterer Vorteil ist das die Aromastase (Test -> Östro) gemildert / gehemmt wird und somit mit höherer Libido zu rechnen ist.

Da die Rezeptoren dann schon durch das "schwache" Phytoöstrogen zu ist sollte sich der gesamte Hormon Haushalt normalisieren.

Bei den Asiaten sieht man es am besten das die Soja Produkte ne super Wirkung habe. Man denke nur an den EMO Style Und bei den Frauen ist Meno Pause ein Fremdwort.

Es gab mal ne Studie mit Isoflavone und Capascin Topisch und hatte gute Ergebnisse.

Das "normale" Östrogen hat Einfluss auf IGF-1. Es senkt glaub diesen? Isoflavone können diesen wieder Erhöhen.

Leider werden Soja Produkte nicht von grossem Nutzen sein da uns die Enzyme zur optimalen Aufnahme fehlen.

Zudem ist er leider immer mehr mit Gentechnik "Versäucht".

Zum Glück haben wir in Europa auch viele Phytoöstrogen haltige Lebensmittel.

Da sind zb Granatapfel, Linsen, Erbsen, Bohnen, Leinsamen, Basilikum und sicher noch einige mehr.

Besonders hervor zu heben ist der Rotklee. Dieser wächst fast Überall vor unserer Nase und enthält mehr Phytoöstrogene als Soja!

Zudem enthält er alle 4 Arten von Isoflavone.

Er wird auch unter anderem bei Prostatakrebs verschrieben (Trinovin). In einem Forum hat ein 42 Jähriger mann von neuem Haarwachstum geschrieben nach Einnahme von Trinovin.

In einem Ami Forum wurde spekuliert das eventuell auch Silizium welches Trinovin entahlten ist synergetisch wirkt.

Was haltet ihr davon?

Rotklee(+soja und co) hatte ich.. genau in der Zeit als vorne die Haare immer dichter wurden...danach nachdem ich only fin+minox hatte gings in ein paar monaten steil bergab

ich halte viel davon und so wird meine zukünftige medikation aussehen als Emo-Style-MANN (mit Potenz und hohen Testosteron)

ich kenne jmd aus den Philipinen der nimmt so nen kram....er hat eine leicht femine shape,..dennoch voll potent ist sehr sexy (bisexuell) und hat (lange) Haare wovon hier die meisten Frauen träumen könnten...

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [pilos](#) on Wed, 24 Jul 2013 22:11:11 GMT

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

mike. schrieb am Thu, 25 July 2013 00:59und hat (lange) Haare wovon hier die meisten Frauen träumen könnten...

vergiss die ethnische herkunft nicht....

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike](#). on Wed, 24 Jul 2013 22:32:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Thu, 25 July 2013 00:11mike. schrieb am Thu, 25 July 2013 00:59und hat (lange) Haare wovon hier die meisten Frauen träumen könnten...

vergiss die ethnische herkunft nicht....

stimmt schon

seine gesichtszüge sind meinen unter E2 und anfangs PES(Mai2011) ähnlich ...

ich könnte mich mit ihm wenn ich glück habe vergleichen... naja..glückssache...

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Thu, 25 Jul 2013 06:32:15 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mike welche Mengen hast du den zu dir genommen?
Ich werde es mal mit Rotklee / Gruentee probieren. Nimmt mich wunder ob der Klee (Bluete) nene geschmack hat.
Habe auch noch soja isoflavone und egcg sowie theaflavine.

aat24.blogspot.cz/2012/10/propecia-reduziert-dht-um-71-schwarzer.html?m=1

Geeass diesem Artikel wirken Soja und Gruentee synergetisch. Koenne / sollte auch mit Rotklee das gleiche sein.

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike](#). on Thu, 25 Jul 2013 12:45:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

reneschau schrieb am Thu, 25 July 2013 08:32Mike welche Mengen hast du den zu dir genommen?
Ich werde es mal mit Rotklee / Gruentee probieren. Nimmt mich wunder ob der Klee (Bluete) nene

geschmack hat.

Habe auch noch soja isoflavone und egcg sowie theaflavine.

aat24.blogspot.cz/2012/10/propecia-reduziert-dht-um-71-schwarzer.html?m=1

Geeass diesem Artikel wirken Soja und Gruentee synergetisch. Koenne / sollte auch mit Rotklee das gleiche sein.

Velag Pharma GmbH Rotklee Meno-Isoflavone-Kapseln NEM

je 250 mg

2x tgl.

ca 20.apri bis ca anf. augsut 2011... und dann nicht nachbestellt..weil ich hatte ja keinen HA und nimm alles umsonst ... haare wurde in der zeit recht gut

1-2 monate ababsetzen der nems und only fin+minox gings dann wieder los....

mein gescht hatte aber damals schon einen e2-like-charakter... rundliche backen und kinn... fast wie unter e2.. (was mir hervoragend stand m.m. nach)

eckig wurde es dann nach absetzen bei zeitgleich erneuter aga...

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [Gast](#) on Thu, 25 Jul 2013 15:02:43 GMT

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

kann man dut und phytoöstrigene auch kombinieren ?

Ich werde spiro bal ausschleichen! bzw absetzen

Ich war beim arzt, da ich ja regelmässige kontrollen mache

mein elektrotithaushalt ist nicht in ordnung.

zurzeit bin ich nur müde und schlapp, wie ein alter opa!

das stört mich schon!

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [haireinspaziert](#) on Thu, 25 Jul 2013 16:05:25 GMT

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

Denkt ihr, dass man mit ausschließlic Soya und Rotklee NEM´s wieder Haarwuchs bekommen kann? Auch in den GHE´s? Wenn ja, wieviele müsste man davon nehmen und welche am besten?

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [cursor](#) on Thu, 25 Jul 2013 16:06:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das ganze gabs doch Anfang des Jahres schon mit den Leinsamen...

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike.](#) on Thu, 25 Jul 2013 16:21:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

cursor schrieb am Thu, 25 July 2013 18:06Das ganze gabs doch Anfang des Jahres schon mit den Leinsamen...

soja + rotkee ist besser als leihamen

ich denke schon..dosierung weiss vllt rene..sonst langsam steigern..bis 3-4 pillen tgl.. und beobachten.. in vellsu sah die linie damals fast weiblich aus... es verging halt recht schnell nach dem absetzen...

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [haireinspaziert](#) on Thu, 25 Jul 2013 16:28:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

danke @mike für die schnelle Antwort....vllt.meldet Rene sich ja noch bezüglich Produkt und Menge....irgendwelche NW hinsichtlich Verweiblichung möglich? Das ganze würde ja dann Östrogen pushen, sofern ich das richtig verstanden habe oder?

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [RisingMoon](#) on Thu, 25 Jul 2013 16:59:08 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kann eine solches regimen iwann ne up-/downregulation bewirken?
wirkt es synergetisch mit fin`?

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike.](#) on Thu, 25 Jul 2013 17:14:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

RisingMoon schrieb am Thu, 25 July 2013 18:59kann eine solches regimen iwann ne up-/downregulation bewirken?
wirkt es synergetisch mit fin`?

It einer studie down des ar

ja.. der mgl. fin upregulation könnte entgegengewirkt werden

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Thu, 25 Jul 2013 20:04:31 GMT

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

@haireinspaziert

Phytoöstrogene wirken eben der Verweiblichung entgegen.

Die Pflanzlichen Östrogene sind die schwächste (ähnliche)Form welche die Androgenze Rezeptoren besetzen.

Somit können DHT und Estradiol die Rezeptoren nicht mehr aktivieren und somit die "Schädliche Wirkung zum grössten Teil eliminiert.

Auch die Aromastase (Enzym) welches Testosteron zu Östrogen umwandelt wird gemindert / gehemmt.

Ich nehme derzeit ein Supplement welches Östrogen hemmt und Testo fördert + DHT Blocker.

Nehm das Zeugs ca 1 Woche und die Potenz hat sich um einiges gebessert und auch einige Kilo Körper Gewicht abgebaut.

Werde es eben mal mit Rotklee und Grüntee ausprobieren und sollte sehr gute Ergebnisse erzielt werden. Auch im Bereich Anti Aging.

Habe mir Rotklee Nems bestellt und werde nächste Woche mal einen Blut Test machen lassen um den IST Zustand Fest zu halten.

Also kann noch keine genauen Dosierungen angeben aber um die Rezeptoren möglichst lange durch die Phytoöstrogene besetzt zu lassen wären 3x Täglich Rotklee + EGCG + Quercitin + Vitamin C sicherlich sehr gut + ein komplex zb Testomax welche den Testo Spiegel hochpuscht für Libido und Körperfettabbau. Am Anfang kann noch Fin verwendet werden als DHT Blocker aber nach 1-2 Monaten kann wohl drauf verzichtet werden.

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [mike.](#) on Thu, 25 Jul 2013 20:13:30 GMT

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

reneschaub schrieb am Thu, 25 July 2013 22:04@haireinspaziert

Phytoöstrogene wirken eben der Verweiblichung entgegen.

Die Pflanzlichen Östrogene sind die schwächste (ähnliche)Form welche die Androgenze Rezeptoren besetzen.

Somit können DHT und Estradiol die Rezeptoren nicht mehr aktivieren und somit die "Schädliche Wirkung zum grössten Teil eliminiert.
Auch die Aromastase (Enzym) welches Testosteron zu Östrogen umwandelt wird gemindert / gehemmt.

Ich nehme derzeit ein Supplement welches Östrogen hemmt und Testo fördert + DHT Blocker.
Nehm das Zeug ca 1 Woche und die Potenz hat sich um einiges gebessert und auch einige Kilo Körper Gewicht abgebaut.
Werde es eben mal mit Rotklee und Grüntee ausprobieren und sollte sehr gute Ergebnisse erzielt werden. Auch im Bereich Anti Aging.

Habe mir Rotklee Nems bestellt und werde nächste Woche mal einen Blut Test machen lassen um den IST Zustand Fest zu halten.
Also kann noch keine genauen Dosierungen angeben aber um die Rezeptoren möglichst lange durch die Phytoöstrogene besetzt zu lassen wären 3x Täglich Rotklee + EGCG + Quercitin + Vitamin C sicherlich sehr gut + ein komplex zb Testomax welche den Testo Spiegel hochpuscht für Libido und Körperfettabbau. Am Anfang kann noch Fin verwendet werden als DHT Blocker aber nach 1-2 Monaten kann wohl drauf verzichtet werden.

perfekt.. da bekommen wir den überblick ob es auswirkungen auf den estradiol und T serumsspiegel hat..

und können in etwa besser dosieren

ideal wär mehr T..

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [PartyStar](#) on Thu, 25 Jul 2013 20:27:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was ist mit den ganzen T boostern und DHT-Blockern für Training bei Bodybuildern. Nimmt das hier einer??

Bin übrigens seit 2 Tagen auf ner hohen Dosis Yamswurzeln, mal gucken was es die Wochen bringt

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [haireinspaziert](#) on Thu, 25 Jul 2013 20:48:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@reneschaub

Vielen Dank für die ausführliche Antwort wäre sehr cool, wenn du uns diesbezüglich auf dem Laufenden halten würdest. NOCH habe ich kein Fin genommen, ziehe es aber in Erwägung...das ganze damit zu umgehen wäre natürlich mehr als genial!

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [agaa](#) on Thu, 25 Jul 2013 20:56:25 GMT

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

Was haltet ihr davon diese Creme zu verflüssigen und aufzutragen? Haltet ihr diese für geeignet?

http://biovea.at/product_detail.aspx?NAME=PHYTO%C3%96STROGENCREME-60ml&PID=2386&OS=204#.UfGPzW2yxlG

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [mike.](#) on Thu, 25 Jul 2013 21:22:35 GMT

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

agaa schrieb am Thu, 25 July 2013 22:56 Was haltet ihr davon diese Creme zu verflüssigen und aufzutragen? Haltet ihr diese für geeignet?

http://biovea.at/product_detail.aspx?NAME=PHYTO%C3%96STROGENCREME-60ml&PID=2386&OS=204#.UfGPzW2yxlG

teste es

was auch gut tun könnte... teebaumöl-creme auf die stirn

in mikes thread sind bilder von meiner rechten schläfenpartie..der vellus-wiederwuchs kam in der teebaumöl-kur + minox (das fast 1 jahr nix gebracht hat) nach absetzen und mit minox+fin only ist auch miene linie wieder zurückgewichen .,

ob das so viel brachte

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [pilos](#) on Thu, 25 Jul 2013 21:34:14 GMT

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

agaa schrieb am Thu, 25 July 2013 23:56 Was haltet ihr davon diese Creme zu verflüssigen und aufzutragen? Haltet ihr diese für geeignet?

http://biovea.at/product_detail.aspx?NAME=PHYTO%C3%96STROGENCREME-60ml&PID=2386

&OS=204#.UfGPzW2yxlq

gar nix

phytoöstrogene sind der holzweg...um so mehr um so schädlicher

mann sollte nicht die menge die es in 1 l soymilch drin ist überschreiten am tag..als dosierung

aver wenn du ein phytoöstrogen topical haben willst

dann 30 gramm rotkleesamen in einer kaffemühle mit schalgmesser mahlen und in 120 ml wodka 3 wochen ziehen lassen...dann hast du dein topical.

rotkleesamen gibt es überall...im baumarkt

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Thu, 25 Jul 2013 21:56:46 GMT

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

Betreffend der Menge scheint viel, viel zu helfen. Von "Überdosierung" oder Nebenwirkungen habe ich bis jetzt nichts gefunden.

Auf jedenfalls sollte man es Regelmässig einnehmen damit es eine Wirkung hat.

In vielen Studien, die Adlercreutz seitdem veröffentlicht hat, konnte er nachweisen, dass die Aufnahme von Phytoöstrogenen durch die Nahrung einen engen Zusammenhang mit dem Auftreten klimakterischer Beschwerden aufweist. Je höher der Phytoöstrogengehalt, desto weniger Beschwerden traten auf.

Heute ist klar, dass diese pflanzlichen Hormone noch viel mehr können als Wechseljahrsbeschwerden zu lindern und dass auch Männer von ihnen profitieren können.

Auch die Auswirkungen der Pflanzenhormone auf Herz und Gefäße, Blutfette und Gerinnungsfaktoren sind durchweg positiv.

Männer und ihre Prostata können von den Isoflavonen und Lignanen, wie bereits dargestellt, ebenfalls profitieren. Bestimmte Enzyme, die das Wachstum von Krebszellen anregen, werden durch die Phytoöstrogene gehemmt, so dass eine bösartige Entwicklung bereits im Keim erstickt wird.

Für eine Wirkung der Phytoöstrogene, ist es von entscheidender Bedeutung, diese nicht nur gelegentlich zu konsumieren, sondern regelmäßig und in ausreichender Menge zuzuführen.

Quelle

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [mike](#) on Thu, 25 Jul 2013 22:14:34 GMT

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

pilos schrieb am Thu, 25 July 2013 23:34
agaa schrieb am Thu, 25 July 2013 23:56
Was haltet ihr davon diese Creme zu verflüssigen und aufzutragen? Haltet ihr diese für geeignet?
http://biovea.at/product_detail.aspx?NAME=PHYTO%C3%96STROGENCREME-60ml&PID=2386&OS=204#.UfGPzW2yxlq

gar nix

phytoöstrogene sind der holzweg...um so mehr um so schädlicher

mann sollte nicht die menge die es in 1 l soyamilch drin ist überschreiten am tag..als dosierung

aver wenn du ein phytoöstrogen topical haben willst

dann 30 gramm rotkleesamen in einer kaffemühle mit schalgmesser mahlen und in 120 ml wodka 3 wochen ziehen lassen...dann hast du dein topical.

rotkleesamen gibt es überall...im baumarkt

.

ich finde es ist an der zeit es mal ordentlich anzupacken und für 3-6 monate zu testen

reines e2 in guter dosierung hat mir in velllus meine kindergarten-haarlinie zurückgegeben... nur ein mittel..

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [Blackster](#) on Thu, 25 Jul 2013 22:59:23 GMT

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

reneschaub schrieb am Thu, 25 July 2013 22:04

Nehm das Zeugs ca 1 Woche und die Potenz hat sich um einiges gebessert und auch einige Kilo Körper Gewicht abgebaut.

Naja etwas übertrieben finde ich.

Es ist fast unmöglich "einige Kilo" abzunehmen in der kurzen Zeit.

Dann müsstest du in der einen Woche schon täglich 2-3 Stunden gelaufen sein, um das zu schaffen.

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [cursor](#) on Thu, 25 Jul 2013 23:01:50 GMT

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

Blackster schrieb am Fri, 26 July 2013 00:59reneschaub schrieb am Thu, 25 July 2013 22:04
Nehm das Zeug ca 1 Woche und die Potenz hat sich um einiges gebessert und auch einige Kilo Körper Gewicht abgebaut.

Naja etwas übertrieben finde ich.

Es ist fast unmöglich "einige Kilo" abzunehmen in der kurzen Zeit.

Dann müsstest du in der einen Woche schon täglich 2-3 Stunden gelaufen sein, um das zu schaffen.

In der tat, sonst ist das eh nur größtenteils Wasser...

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [mike.](#) on Thu, 25 Jul 2013 23:07:00 GMT

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

Blackster schrieb am Fri, 26 July 2013 00:59reneschaub schrieb am Thu, 25 July 2013 22:04
Nehm das Zeug ca 1 Woche und die Potenz hat sich um einiges gebessert und auch einige Kilo Körper Gewicht abgebaut.

Naja etwas übertrieben finde ich.

Es ist fast unmöglich "einige Kilo" abzunehmen in der kurzen Zeit.

Dann müsstest du in der einen Woche schon täglich 2-3 Stunden gelaufen sein, um das zu schaffen.

renes euphorie

das dauert seine zeit.. 1 woche ist nichts

mikes euphorie:

in 12 wochen (3 monate) müsste man bei wirken eine velluslinie sehen (wie es bei mir passierte..in mikes thread...echtes e2)

ich bin gespannt

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Gast](#) on Fri, 26 Jul 2013 01:01:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

warum haste es denn früher nicht weiter genommen mike, also die pes

wie sieht dein regimen jetzt aus?

nimmst du jetzt fin,minox und die PES
oder nur PES.

ich glaube mit only PES wird man nicht viel reißen

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Gast](#) on Fri, 26 Jul 2013 02:42:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

wie gesagt.

mein regimen ist bald dutasterid und hochdosierte phytoöstrogene

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Gast](#) on Fri, 26 Jul 2013 04:18:48 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike eine frage
ich kaufe mir die tage yamswurzel, soja und rotklee nach deinem PZN Numern
von jeder müsste man zwei stück täglich nehmen?
wie ist das bei soja alfsemin, da es eisen enthält auf dauer?

ich kenn mich nur ein wenig mit PES aus
wird man dadurch zunehmen oder leichte gyno kriegen nach jahren?

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [NKM64](#) on Fri, 26 Jul 2013 04:47:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was haltet ihr von diesemProdukt? Ist das ausreichend oder sollte man noch andere dazu

kombinieren?

<http://www.forumvita.de/26/lignane-fuer-den-mann.0.html>

oder diesem:

Frauen Kapseln (FF90)

Anwendung:

zur Unterstützung bei Wechseljahrsbeschwerden

Besonderheiten:

enthält eine Kombination aus Phytoöstrogenen Isoflavone und Lignane

Inhaltsstoffe 2 Kapseln:

80 mg Lignane, 80 mg Isoflavone, 20 mg Vitamin E, 4 mg Vitamin B6, 2 ug Vitamin B12, 10 ug Vitamin D, 400 ug Folsäure, 28 mg Eisen, 6 mg Zink

Verzehrsempfehlung:

2 Kapseln / Tag

Verpackungseinheit:

Dose á 90 Kapseln

bzw welches Produkt ist empfehlenswert?

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike](#). on Fri, 26 Jul 2013 05:35:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mit der sosierung..ausprobieren..

ich hatte immer je 1-3 tgl.. je sorte..

man könnte innerhalb 3-6 monate abschätzen ob es hilft..

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Fri, 26 Jul 2013 09:00:06 GMT

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

@ NKM64 tönt nicht schlecht. Nur Zink ist mit 5mg unterdosiert. (Sollte mindestens 50mg sein) damit es die Aromastase hemmt.

@ Blackster habe wirklich ein paar Kilo abgenommen wahrscheinlich schon das meiste Wasser. Aber habe auch 2 x Rizinusöl genommen zum Entgiften..

Östrogen hat einen grossen Einfluss auf die Wasser und Fett Einlagerung darum nehmen einige im Fitness ja Testo / Anabolika..

So ich habe nun alles zusammen für mein Regime und starte heute voll umfänglich damit für die nächsten 3 - x Monate.

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [Haar2O](#) on Fri, 26 Jul 2013 09:09:48 GMT

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

reneschaub schrieb am Fri, 26 July 2013 11:00

Östrogen hat einen grossen Einfluss auf die Wasser und Fett Einlagerung

Das ist natürlich richtig...allerdings könntest du dir auch ne Woche lang täglich 2,5 mg Letrozol geben und würdest trotzdem dadurch nicht abnehmen (jedenfalls nicht so schnell), das dauert alles seine Zeit.

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [pilos](#) on Fri, 26 Jul 2013 09:12:10 GMT

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

reneschaub schrieb am Fri, 26 July 2013 12:00 Nur Zink ist mit 5mg unterdosiert. (Sollte mindestens 50mg sein) damit es die Aromastase hemmt.

es gibt keine gescheite studie die beweist dass zink in vivo aromatase hemmt.

und die 50mg zink sind auch märchen..der körper nimmt nur so viel auf wie er braucht..und das liegt deutlichst darunter.

und zu viel zink im magen hemmt die aufnahme vom kupfer.

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [cursor](#) on Fri, 26 Jul 2013 09:21:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

reneschaub schrieb am Fri, 26 July 2013 11:00
Östrogen hat einen grossen Einfluss auf die Wasser und Fett Einlagerung darum nehmen einige im Fitness ja Testo / Anabolika..

Will nicht klugscheißen, aber ich glaub der Grund warum sie Testo nehmen liegt wohl eher am Muskelzuwachs

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [PartyStar](#) on Fri, 26 Jul 2013 10:16:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

cursor schrieb am Fri, 26 July 2013 11:21reneschaub schrieb am Fri, 26 July 2013 11:00
Östrogen hat einen grossen Einfluss auf die Wasser und Fett Einlagerung darum nehmen einige im Fitness ja Testo / Anabolika..

Will nicht klugscheißen, aber ich glaub der Grund warum sie Testo nehmen liegt wohl eher am Muskelzuwachs

Im Gegenteil, gerade weil sie Testo nehmen bekommen sie Wassereinlagerung, weil auch der Östrogenspiegel steigt

Nicht andersherum!

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Knorkell](#) on Fri, 26 Jul 2013 10:22:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PartyStar schrieb am Fri, 26 July 2013 12:16cursor schrieb am Fri, 26 July 2013 11:21reneschaub schrieb am Fri, 26 July 2013 11:00

Östrogen hat einen grossen Einfluss auf die Wasser und Fett Einlagerung darum nehmen einige im Fitness ja Testo / Anabolika..

Will nicht klugscheißen, aber ich glaub der Grund warum sie Testo nehmen liegt wohl eher am Muskelzuwachs

Im Gegenteil, gerade weil sie Testo nehmen bekommen sie Wassereinlagerung, weil auch der Östrogenspiegel steigt

Nicht andersherum!

Gibt genug Roids die Fett in Tagen oder wenigen Wochen wegschmelzen lassen ohne, dass relevante Muskelmasse verloren geht. Vor allem für die Profiliga auf Wettkämpfen ist das wichtig.

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike](#). on Fri, 26 Jul 2013 10:49:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PartyStar schrieb am Fri, 26 July 2013 12:16cursor schrieb am Fri, 26 July 2013 11:21reneschaub schrieb am Fri, 26 July 2013 11:00
Östrogen hat einen grossen Einfluss auf die Wasser und Fett Einlagerung darum nehmen einige im Fitness ja Testo / Anabolika..

Will nicht klugscheißen, aber ich glaub der Grund warum sie Testo nehmen liegt wohl eher am Muskelzuwachs

Im Gegenteil, gerade weil sie Testo nehmen bekommen sie Wassereinlagerung, weil auch der Östrogenspiegel steigt

Nicht andersherum!

das reguliert den AR runter und fördert den Kopfhhaarwuchs. mehr Testo ist ein satteres gesicht und vollere augenbrauen.. mehr expression

DHT sollte nur dann gebildet werden wenn Testo fehlt und durch zu viel fettgewebe zu viel aromataseenzyme gebilet werden..

das aga problem ist anders zu lösen

die phytoestrogene sind ein teil der lösung

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Fri, 26 Jul 2013 12:01:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Phytoestrogene + Sport + Ernährung (ab und zu auch Fasten)

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [NKM64](#) on Fri, 26 Jul 2013 19:10:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@rene: Danke für Deine Einschätzung. Klar, das Zink ist zu niedrig, aber ich supplementiere das sowieso von daher passt's denke ich.

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [PartyStar](#) on Sat, 27 Jul 2013 10:56:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich habe keine Ahnung wie ich das jetzt bewerten soll. Entweder ist das ganze ein riesen Zufall oder es liegt an den Yamswurzeln. Auf jeden Fall verliere ich im Moment so viele Haare, dass sich mein Haarzustand extrem verschlechtert. Wenn das kein Shedding ist, bin ich am Arsch

.....

Absetzen oder dranbleiben, hat jemand Erfahrung mit Yamswurzeln only??

Bzw. ist es überhaupt möglich, dass da ein Zusammenhang besteht??

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [PartyStar](#) on Sat, 27 Jul 2013 11:17:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Precautions

Wild yam root should not be used by pregnant or breastfeeding women, children or men. Wild yam root may actually cause hair loss in men.

Quelle: http://www.ehow.com/facts_5700459_wild-yam-hair-growth.html

Hatte nach paar Tagen schon erhöhte Libido, werds absetzen.

Naja, bin selber schuld

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [cursor](#) on Sat, 27 Jul 2013 11:20:00 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PartyStar schrieb am Sat, 27 July 2013 13:17Precautions

Wild yam root should not be used by pregnant or breastfeeding women, children or men. Wild yam root may actually cause hair loss in men.

Quelle: http://www.ehow.com/facts_5700459_wild-yam-hair-growth.html

Hatte nach paar Tagen schon erhöhte Libido, werds absetzen.

Naja, bin selber schuld

Könnte evtl auch vorübergehendes Shedding sein

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [PartyStar](#) on Sat, 27 Jul 2013 11:41:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haarverlust und Kahlheit bei Männern

In welchem Alter Männer beginnen Haare zu verlieren oder eine Glatze zu bekommen wird meist durch die Erbanlagen bestimmt. In diesen Fällen scheint natürliches Progesteron keine Wirkung zu haben. Wenn allerdings keine genetische Komponente vorliegt, kann der Haarausfall auf einer hohe Umwandlung von Testosteron in DHT zurückzuführen sein. Ist dies der Fall, scheint Progesteron den Haarverlust zu reduzieren und in einigen Fällen kommt es auch wieder zu verbessertem Haarwuchs.

Quelle: <http://www.npis.info/german/wasistmitmannern.htm>

Ohjaaaa, wenn man das wüsste >_>

Überall steht was anderes ...

Ich hab heute bestimmt schon ohne Scheiß an die 300 - 400 Haare verloren. Jedes Mal durch die Haare gehen, kann ich 20-30 Haare rausholen.

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [pilos](#) on Sat, 27 Jul 2013 11:46:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

PartyStar schrieb am Sat, 27 July 2013 14:17Precautions

Wild yam root should not be used by pregnant or breastfeeding women, children or men. Wild yam root may actually cause hair loss in men.

Quelle: http://www.ehow.com/facts_5700459_wild-yam-hair-growth.html

Hatte nach paar Tagen schon erhöhte Libido, werds absetzen.

Naja, bin selber schuld

sehe unwahrscheinlich dass es an der yams liegt...und schon gar nicht nach so kurzer zeit.

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [PartyStar](#) on Sat, 27 Jul 2013 11:51:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jaa, ich kenne das ganze Konzept mit der Ausfallphase usw., aber ich kann ja auch nur beurteilen was auf meinem Kopf passiert und ich hatte das in meinem ganzen Leben nicht so extrem wie jetzt.

Deswegen frag ich mich wirklich ob das Zufall ist oder ob da was dran ist.

Ich hab echt Schiss im Moment

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Sat, 27 Jul 2013 12:52:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@PartyStar

Scheinbar erhöht die Yamswurzel DHEA welcher dann die Androgene hochreguliert
<http://www.alopezie.de/foren/frauen/index.php/m/5944/>

Ich würde nicht mehr die Yamswurzel nehmen.
Wie is die übrigens Geschmacklich? Wie bereitet man diese zu?

LG

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [PartyStar](#) on Sat, 27 Jul 2013 13:10:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hatte mir die Yamswurzel als Pulver bestellt. Habs mit Wasser getrunken, hat meiner Meinung nach nen ekligen Nachgeschmack

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Gast](#) on Sat, 27 Jul 2013 15:11:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kann man die pes auf dauer nehmen,
da viele angebliche experten ärzte davor warnen sich hochdosierte pes einzunehmen

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Gast](#) on Sun, 28 Jul 2013 20:25:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich habe etwas über rotklee mich informiert bei einem arzt (und im internet wenig gefunden)
rotklee soll proöstrogene sein und nicht anti
wisst ihr was darüber

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike.](#) on Sun, 28 Jul 2013 22:13:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

80erman schrieb am Sun, 28 July 2013 22:25ich habe etwas über rotklee mich informiert bei

einem arzt (und im internet wenig gefunden)
rotklee soll proöstrogene sein und nicht anti
wisst ihr was darüber

klar

stärker als e1 und schwächer als e2

mein arzt meinte mal.. "dünne männer pro-e..dicke männer anti-e"
so in etwa....

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Gast](#) on Sun, 28 Jul 2013 22:16:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ist das jetzt bezogen auf dünnere männer ist es pro östro
wegen weniger fettgewebe

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike.](#) on Mon, 05 Aug 2013 17:24:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/18308079>

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike.](#) on Mon, 05 Aug 2013 17:31:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:significantly suppressed AR expression

<http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17585029>

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Mon, 05 Aug 2013 18:12:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Guter Artikel

<http://www.philognosie.net/index.php/article/articleview/1119/>

Ist das gut oder schlecht das mehr AR vorhanden sind?
Aus meiner Sicht deutet alles darauf hin das dies gut ist.

Phytoöstrogene erhöhen Östrogen in dem die Rezeptoren durch die Phytoöstrogene blockiert werden und Estradiol sowie DHT nicht aktiv werden können.
Diese Androgene haben eine vielfach höhere Wirkung (bis über 100fach) von Testo oder Östro.

Jedoch sollte man unbedingt Sport und eventuell Testo fördernde Nems nehmen um einen Ausgleich zu schaffen.

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Cpt.Claus](#) on Mon, 05 Aug 2013 18:57:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Geht ihr dem versuch nicht das Risiko einer gyno ein? Sollte die möglichkeit nicht immerhin eine erwähnung fuer nachahmer finden? Interesse besteht bei mir auch

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike.](#) on Mon, 05 Aug 2013 19:06:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Cpt.Claus schrieb am Mon, 05 August 2013 20:57Geht ihr dem versuch nicht das Risiko einer gyno ein? Sollte die möglichkeit nicht immerhin eine erwähnung fuer nachahmer finden? Interesse besteht bei mir auch

keine gyno da nur estrogen-rezeptor-beta affinität

der alpha rezeptor ist für das brustwachstum verantwortlich

der haupteffekt der PES ist die stimulation der ER-b rezeptoren und folglich die downregulation des AR...

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike.](#) on Mon, 05 Aug 2013 19:15:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

einen leicht anti-viril-effekt hat es sicher...

http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/366/2776/#msg_2776

ich hab gerade meine nems genommen .. E2, P4 habe ich lowlowlevel und in ein paar tagen ist das alles weg...

nur noch PES wird genommen...

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Mon, 05 Aug 2013 20:02:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Isoflavone als Phytoestrogene in Nahrungsergänzungsmitteln und diätetischen Lebensmitteln für besondere medizinische Zwecke

http://www.dfg.de/download/pdf/dfg_im_profil/reden_stellungnahmen/2006/sklm_phytoestrogene_28112006.pdf

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [ru-power](#) on Mon, 05 Aug 2013 20:27:20 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

reneschaub schrieb am Mon, 05 August 2013 22:02 Isoflavone als Phytoestrogene in Nahrungsergänzungsmitteln und diätetischen Lebensmitteln für besondere medizinische Zwecke

http://www.dfg.de/download/pdf/dfg_im_profil/reden_stellungnahmen/2006/sklm_phytoestrogene_28112006.pdf

Falls es dazu fragen gibt, ich kenn die Leute die die Studie durchgeführt haben

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [ynneb](#) on Mon, 05 Aug 2013 20:44:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Jungs Aufgepasst!!

Soja und KleeProdukte beeinflussen die Schilddrüse.
man rutscht in die Schilddrüsen-Unterfunktion.

deshalb musste ich auch mit Bokshornklee aufhören.
ich war beim lange Endo und habe regelmässig Blut-Tests durchgeführt.

ich dachte am Anfang auch "Das kann nicht sein"

Mein Tipp: TESTET es vorsichtig.

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [Haar_Challenge_2021](#) on Mon, 05 Aug 2013 20:52:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@padesch

Ah super.
Ja habe ne Frage.

Beim Rotklee sind die Phytoöstrogene an Glucoside gebunden.
Fermentierter Soja werden die Glucoside zu Aglykone und somit viel bekömmlicher.
Vermute mal stark das Europäern Bakterielle Glucosidasen Fehlen oder nur in Geringer Menge vorhanden ist.

Wäre es daher sinnvoll den Rotklee zu Fermentieren?
Theoretisch könnte man den Fermentierter Rotklee auch Topisch Anwenden

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike.](#) on Tue, 06 Aug 2013 06:07:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ynneb schrieb am Mon, 05 August 2013 22:44Jungs Aufgepasst!!

Soja und KleeProdukte beeinflussen die Schilddrüse.
man rutsch in die Schilddrüsen-Unterfunktion.

deshalb musste ich auch mit Bokshornklee aufhören.
ich war beim lange Endo und habe regelmässig Blut-Tests durchgeführt.

ich dachte am Anfang auch "Das kann nicht sein"

Mein Tipp: TESTET es vorsichtig.

das ist bei E2 auch so.. tageweise habe ich sowas wie eine UF darum meine Kontrollen + immer wieder low-level

der mann (bioloische mann) hat nicht viel mit serum E2 oder E2 ähnl. substanzen am hut...

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [auxilium](#) on Tue, 06 Aug 2013 09:20:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ganz einfache Frage dann:

Wenn man zusätzlich noch einen DHT-Hemmer nimmt, und dann Soya + Rotklee ergänzt, kommt der Körper dann nicht komplett aus dem Gleichgewicht und gerät in Richtung Feminisierung?

Subject: Aw: Phytoöstrogene
Posted by [mike.](#) on Tue, 06 Aug 2013 09:35:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

auxilium schrieb am Tue, 06 August 2013 11:20Ganz einfache Frage dann:

Wenn man zusätzlich noch einen DHT-Hemmer nimmt, und dann Soya + Rotklee ergänzt, kommt der Körper dann nicht komplett aus dem Gleichgewicht und gerät in Richtung Feminisierung?

E2 Dominanz maybe ??

dünneres haar und dünnere front/schläfen.. ich bin am intepretieren

fin lehne ich nun grundsätzlich ganz ab.. nachdem was mit meiner augenpartie seit fin üpassiert ist... nie wieder!

langsam regeneriert es sich.. ich frage immer mehere leute, die ich jede woche 1x sehe.. und die bestätigen..es wird besser

Subject: Aw: Phytoöstrogene

Posted by [Cpt.Claus](#) on Tue, 06 Aug 2013 16:56:49 GMT

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

ich hab mir heut son rotkee multipräparat von rossmann geholt wo noch nachtkerzenöl, biotion, zink usw drin ist, mal sehen. 50mg Isoflavone aus Rotklee, mehr nehm ich dann tgl auch nicht. zu der einen tablette omega3 ist dass dann auch schon mein ganzes NEM-regimen für die nächste Zeit, evtl. noch Zink extra.
