
Subject: Alpha-5-Reduktase erforderlich langzeit?
Posted by [Rosenkranz](#) on Sun, 27 Oct 2013 09:57:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hätte Jemand die Güte, mit mir über die aktuelle Androgentheorie zu diskutieren?

Warum verliere ich zeitlich NACH meiner Pubertät plötzlich Haare?

Ich hatte niemals Akne in meinem Leben, aber seborrhische Dermatitis liegt in der Familie.
Ich war immer etwas dicklich - wog bei 1.80m bestimmt mal 90 Kilo, jetzt sind es 68.
Und ich war auch noch nie so hoffnungslos und depressiv wie jetzt in meinem Leben.

Ich weiß: je mehr Fett, desto mehr Östrogen im Gewebe, Aromatase hat eine höhere Aktivität.

Ich weiß: je mehr Stress (und ich bin im letzten Jahr permanent angespannt, ausgebrannt, Muskeltonus ist an der Decke, Reflexe sind Katzenschlag) desto weniger Progesteron - weil Cortisol daraus metabolisiert wird und demnach alles schluckt)

Ich weiß: je weniger Progesteron, desto ungleicher ist das T-DHT-Verhältnis, allgemein ist das Hormonelle Gleichgewicht gestört.

der 'klassische' AGA-Mann, der seinen Tag im Büro verbringt und fett und künstliche Östrogene zu sich nimmt, kippt die Balance also zu DHT: um nicht zu verweiblichen wird die Produktion angeschmissen, gleichzeitig ist aber wenig T da.
Nimmt dieser jetzt einen A-5AR-Hemmer, erholt sich das System, die Haare wachsen.
Androgenrezeptoren werden daraufhin hochreguliert und langfristig kommt zuerst die Gyno, dann der erneute Systemschock und die Haare gehen wieder aus.

Was will ich also?

Viel Testo in der Kopfhaut
Viel Estradiol, Estron in der Kopfhaut
Kein DHT in der Kopfhaut
Viel Testo im Gewebe
Viel DHT im Gewebe
Wenig Östrogen im Gewebe

A-5-AR-Hemmer also besser topisch, noch besser überhaupt keinen Hemmer, sondern irgendwas, was die Androgenrezeptoren in der Kopfhaut besetzt, ohne Apoptose auszulösen.

Progy systemisch, Estradiol topisch, serenoa topisch? Ist das die Lösung?

Ich meine: tut mir leid, es existieren bestimmt schon eine Menge solcher threads. Aber es muss doch - theoretisch - eine maximal vielversprechende hormonelle Lösung existieren. Immerhin wissen wir doch genug über das endokrine System, oder?

Subject: Aw: Alpha-5-Reduktase erforderlich langzeit?
Posted by [Haar2O](#) on Sun, 27 Oct 2013 10:26:38 GMT

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

Rosenkranz schrieb am Sun, 27 October 2013 10:57

A-5-AR-Hemmer also besser topisch, noch besser überhaupt keinen Hemmer, sondern irgendwas, was die Androgenrezeptoren in der Kopfhaut besetzt, ohne Apoptose auszulösen. An sich wäre ein topischer AR-Blocker das optimale..leider meist eher bescheidene Wirkung oder schwer zu beschaffen.

Rosenkranz schrieb am Sun, 27 October 2013 10:57

Progy systemisch, Estradiol topisch, serenoa topisch? Ist das die Lösung?

Progy kann man als Ansatz machen, Estradiol topisch=systemisch fällt also flach. Sägepalme kann man auch vergessen...

Dieses ganze Hormongepfusche wegen ein paar Haaren ist im Grunde großer Mist....aber was soll man machen.

Subject: Aw: Alpha-5-Reduktase erforderlich langzeit?

Posted by [Rosenkranz](#) on Sun, 27 Oct 2013 10:33:37 GMT

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

Wenn der Hormonhaushalt sowieso schon auf dem Kopf steht (ich habe einfach einen sehr ungesunden Phänotypen momentan), und sich schon Folgekrankheiten - wie ne Schilddrüsen-UF - einschleichen, dann ist es auch latte. Wenn der Körper sich so zum sterben herunterreguliert kann ich auch auf die Wissenschaft vertrauen und extern ein paar Schrauben drehen. Zu verlieren habe ich nix. Trotzdem würde ich gerne aus diesem Loch heraus - alle Antidepressiva können mitunter Haarausfall verursachen, auch keine Option. Ich würde sofort Fin schlucken (wen jucken die NW, wenn man Stimmungsbedingt eh keine Lust auf intercourse hat, geschweige denn eine Partnerin) - wenn da nicht immer das Damokles-Schwert PFS und permanente Schäden wären.

Bei meiner Denkweise stellen sich eh alle Nebenwirkungen ein, alleine durch den Nocebo-Effekt.

Subject: Aw: Alpha-5-Reduktase erforderlich langzeit?

Posted by [Rosenkranz](#) on Sun, 27 Oct 2013 10:39:24 GMT

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

Ich weiß auch nicht, wieso Serenoa immer so zerrissen wird.

Die Datenlage ist dünn, das gebe ich zu, aber die (mitunter erwiesene) Wirkung doch theoretisch 1000 Mal besser als bei Fin oder Dut.

Es gab sogar Berichte von einer epigenetischen Downregulation der Androgenexpression, ?-Sitosterin als DHT-Block und besetzen der ARs. Wenn ich die Studien hier wiederfinde, poste ich mal.

Subject: Aw: Alpha-5-Reduktase erforderlich langzeit?

Posted by [pilos](#) on Sun, 27 Oct 2013 11:01:16 GMT

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

Rosenkranz schrieb am Sun, 27 October 2013 12:39Ich weiß auch nicht, wieso Serenoa immer so zerrissen wird.

Die Datenlage ist dünn, das gebe ich zu, aber die (mitunter erwiesene) Wirkung doch theoretisch 1000 Mal besser als bei Fin oder Dut.

Es gab sogar Berichte von einer epigenetischen Downregulation der Androgenexpression, ?-Sitosterin als DHT-Block und besetzen der ARs. Wenn ich die Studien hier wiederfinde, poste ich mal.

es gibt deutlich bessere beta-sis quellen als sägepalme
