

---

Subject: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [PKWA](#) on Sun, 28 Dec 2014 14:40:33 GMT

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

---

Über das Baldtruth Forum bin ich auf die Idee gestoßen RU Nebenwirkungen mit Johanniskraut abzuschwächen bzw. zu vermeiden. Und tatsächlich scheint es so zu sein, dass Johanniskraut den Abbau einer Vielzahl von Medikamenten beschleunigt, unter anderem wird auch die Halbwertszeit von Finasterid um ca 50% reduziert. Siehe [http://de.wikipedia.org/wiki/Echtes\\_Johanniskraut#Wechselwirkungen](http://de.wikipedia.org/wiki/Echtes_Johanniskraut#Wechselwirkungen) . Auch wird Bicalutamid verstärkt abgebaut, welches soweit ich weiß, strukturell ähnlich zu RU ist. Siehe [http://en.wikipedia.org/wiki/CYP3A4#CYP3A4\\_ligands](http://en.wikipedia.org/wiki/CYP3A4#CYP3A4_ligands) , linke Spalte unter "sex hormones agonists and antagonists ". Vermutlich wird dann auch Dutasterid aufgrund der Ähnlichkeit zu Finasterid beschleunigt abgebaut. Auch die Diane 35 Inhaltsstoffe stehen in der Liste. Kennt sich hier jemand besser mit sowas aus und kann dazu etwas sagen ob das wirklich so funktionieren kann?

---

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [pilos](#) on Sun, 28 Dec 2014 14:45:39 GMT

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

---

da geht so wenig systemisch über

dass es wenig sinn macht

zumal johannis den johannes auch noch lahmlegt

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [PKWA](#) on Sun, 28 Dec 2014 14:52:20 GMT

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

---

pilos schrieb am Sun, 28 December 2014 15:45

da geht so wenig systemisch über

dass es wenig sinn macht

zumal johannis den johannes auch noch lahmlegt

Ja, aber angenommen man hat von den genannten Stoffen als Topical Nebenwirkungen. Sind die dann nicht darauf zurückzuführen dass sie im Einzelfall doch systemische Wirkung haben? Woher hast du das mit den sexuellen Nebenwirkungen bei Johanniskraut? Ich habe überall eigentlich gelesen, dass es kaum bis keine Nebenwirkungen hat und von Nebenwirkungen in diese Richtung schon gar nichts. Oder reicht dafür schon der durch Johanniskraut induzierte Anstieg des Serotinspiegels?

---

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [pilos](#) on Sun, 28 Dec 2014 15:03:57 GMT

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

---

PKWA schrieb am Sun, 28 December 2014 16:52 Woher hast du das mit den sexuellen Nebenwirkungen bei Johanniskraut? Ich habe überall eigentlich gelesen, dass es kaum bis keine Nebenwirkungen hat und von Nebenwirkungen in diese Richtung schon gar nichts. Oder reicht dafür schon der durch Johanniskraut induzierte Anstieg des Serotinspiegels?

probier es aus

---

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [Sonic Boom](#) on Sun, 28 Dec 2014 15:10:04 GMT

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

---

Pkwa: Hast du NW von RU? Welche denn???

---

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [PeterNorth](#) on Sun, 28 Dec 2014 15:52:32 GMT

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

---

warum soll DUT schneller abgebaut werden sollen

---

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [PKWA](#) on Sun, 28 Dec 2014 16:44:53 GMT

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

---

Sonic Boom schrieb am Sun, 28 December 2014 16:10Pkwa: Hast du NW von RU? Welche denn???

Brain Fog. Das Problem ist aber dass ich nicht genau weiß ob es an RU oder an was anderem liegt. Ich habe RU genommen und nach ca. 2 Monaten einen Absetzversuch meiner Schilddrüsenmedikamente (unter ärztlicher Aufsicht) gemacht um zu testen ob ich sie noch brauche. War einer böser Fehler, hatte so ziemlich alle Symptome einer Unterfunktion die man sich vorstellen kann, unter anderem starken Brain Fog. Hab sie dann wieder angesetzt und die Symptome sind verschwunden, bis auf den Brain Fog. Hatte die ganze Zeit RU weiter genommen. Als ich dann schon ca. 4 Monate wieder die Schilddrüsenmedikamente genommen habe war der Brain Fog immer noch da, erst als ich dann RU abgesetzt hatte ist es dann langsam besser geworden, aber bis heute nicht vollständig verschwunden und ich bin nach wie vor dadurch eingeschränkt.

Ich kann jetzt leider natürlich nicht genau sagen woran es liegt. Sind es immer noch die Nachwehen meines Absetzversuches? War es die Kombination mit RU und wenn ich die Schilddrüsenmedikamente weiter genommen hätte, hätte ich neimals Nebenwirkungen gehabt? War es nur das RU? Dazu kommt dass ich zuvor ein Jahr lang Finasterid genommen habe, das ich dann wegen Nebenwirkungen (unter anderem auch Brain Fog) absetzen musste. Die Nebenwirkungen waren auch noch nicht vollständig wieder verschwunden bevor ich mit RU angefangen habe und meinen Absetzversuch gemacht habe. Daher weiß ich leider den genauen Auslöser nicht. Was ich aber weiß, ist das meine Haarzustand immer schlechter wird und dass ich langsam wieder was dagegen tun muss wenn noch was etwas bleiben soll das sich zu retten lohnt.

@ PeterNorth: Es geht hier um den topischen Gebrauch. Bei manchen ist das bisschen Dut dass dabei systemisch geht schon ausreichend um Nebenwirkungen hervorzurufen. Schnellerer Abbau im Körper -> weniger Nebenwirkungen

---

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [Meister Eder](#) on Sun, 28 Dec 2014 19:23:01 GMT

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

---

Brainfog is ne ziemlich miese Nebenwirkung. Vor allem, weil sie auch nach Absetzen noch ziemlich lang anhält. Ich würd erstmal nichts nehmen, was die 5 Alpha-Reduktase hemmt. Wenn du Dut im System hast (auch wenn's nur topisch dazukam) wird's vermutlich das sich akkumulierende Dut sein. Die wahrscheinlichste Erklärung ist meiner Meinung nach, dass Dut im Gehirn auch die Isoform 1 der 5 alpha-reduktase hemmt, welche nicht nur die Umwandlung von Testosteron zu DHT katalysiert sondern unter anderem für die Bildung von Allopregnanolon verantwortlich ist. Allopregnanolon wird wiederum für die Myelinisierung der Nervenzellen benötigt. Wenn die demyelinisiert sind, ist die Reizweiterleitung beeinträchtigt - das ist dieser brainfog. Remyelinisierung ist möglich, das wurde im Mausexperiment gezeigt. Myelin-basic-protein-knockout Mäuse bilden keine Myelinschicht um die Neuronen. Das Gehirn ist anfällig gegenüber Belastungen und neigt zu Läsionen. Die Mäuse werden ängstlich und fangen sehr stark an zu zittern. Nach Injektion menschlicher Oligodendrozytenvorläufer ins Gehirn dieser Mäuse (diese Zellen haben wir auch im Gehirn), sind die Symptome in der Maus komplett reversibel. Das Gehirn kann sogar bereits entstandene Läsionen wieder reparieren. Das funktioniert daher sehr wahrscheinlich auch beim gesunden Menschen. Man denkt zwar immer, Demyelinisierung sei irreversibel, weil Patienten mit Multipler Sklerose unter fortschreitender Demyelinisierung leiden - aber dort ist es eine Auto-Immun-Erkrankung, bei

welcher das Immunsystem die Myelinzellen zerstört. Es kann aber tatsächlich noch Wochen, Monate oder Jahre nach dem Absetzen dauern, bis alles wieder passt. Mäuse hatten glaube ich nach 3 Monaten keine Symptome mehr - aber deren Gehirn ist ja auch um einiges kleiner. Vor allem muss erstmal Dut raus, bevor wieder remyelinisiert werden kann. Ich hatte auch diesen Brainfog der jetzt wieder besser geworden ist. Ich habe aber alles an Haarmittelchen abgesetzt. Es wurde dann eine Zeitlang sogar noch schlimmer nach dem Absetzen - vermutlich weil noch zu viel im System war. Ich denke, mit Johanniskraut wirst du schon keinen Fehler machen. Entweder es hilft oder es hilft nicht. Aber Schaden wird's bestimmt nicht. Ich nehme es übriggens auch seit einer Woche - ich hab mir Laif900 verschreiben lassen. Kostet mit Rezept allerdings trotzdem noch 35 Euro Eigenanteil.

---

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [Linkz](#) on Sun, 28 Dec 2014 19:56:18 GMT

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

---

Meister Eder schrieb am Sun, 28 December 2014 20:23 Brainfog ist eine ziemlich miese Nebenwirkung. Vor allem, weil sie auch nach Absetzen noch ziemlich lang anhält. Ich würd' erstmal nichts nehmen, was die 5 Alpha-Reduktase hemmt. Wenn du Dut im System hast (auch wenn's nur topisch dazukam) wird's vermutlich das sich akkumulierende Dut sein. Die wahrscheinlichste Erklärung ist meiner Meinung nach, dass Dut im Gehirn auch die Isoform 1 der 5 alpha-reduktase hemmt, welche nicht nur die Umwandlung von Testosteron zu DHT katalysiert sondern unter anderem für die Bildung von Allopregnanolon verantwortlich ist. Allopregnanolon wird wiederum für die Myelinisierung der Nervenzellen benötigt. Wenn die demyelinisiert sind, ist die Reizweiterleitung beeinträchtigt - das ist dieser Brainfog. Remyelinisierung ist möglich, das wurde im Mausexperiment gezeigt.

Myelin-basic-protein-knockout Mäuse bilden keine Myelinschicht um die Neuronen. Das Gehirn ist anfällig gegenüber Belastungen und neigt zu Läsionen. Die Mäuse werden ängstlich und fangen sehr stark an zu zittern. Nach Injektion menschlicher Oligodendrozytenvorläufer ins Gehirn dieser Mäuse (diese Zellen haben wir auch im Gehirn), sind die Symptome in der Maus komplett reversibel. Das Gehirn kann sogar bereits entstandene Läsionen wieder reparieren. Das funktioniert daher sehr wahrscheinlich auch beim gesunden Menschen. Man denkt zwar immer, Demyelinisierung sei irreversibel, weil Patienten mit Multipler Sklerose unter fortschreitender Demyelinisierung leiden - aber dort ist es eine Auto-Immun-Erkrankung, bei welcher das Immunsystem die Myelinzellen zerstört. Es kann aber tatsächlich noch Wochen, Monate oder Jahre nach dem Absetzen dauern, bis alles wieder passt. Mäuse hatten glaube ich nach 3 Monaten keine Symptome mehr - aber deren Gehirn ist ja auch um einiges kleiner. Vor allem muss erstmal Dut raus, bevor wieder remyelinisiert werden kann. Ich hatte auch diesen Brainfog der jetzt wieder besser geworden ist. Ich habe aber alles an Haarmittelchen abgesetzt. Es wurde dann eine Zeitlang sogar noch schlimmer nach dem Absetzen - vermutlich weil noch zu viel im System war. Ich denke, mit Johanniskraut wirst du schon keinen Fehler machen. Entweder es hilft oder es hilft nicht. Aber Schaden wird's bestimmt nicht. Ich nehme es übriggens auch seit einer Woche - ich hab mir Laif900 verschreiben lassen. Kostet mit Rezept allerdings trotzdem noch 35 Euro Eigenanteil.

Hört auf den Mann. Er hat absolut recht mit seinen Aussagen. Besser hätte ich das selber nicht niederschreiben können. Besonders der Teil mit MS. Da bin ich nach einer Weile auch mal drauf gekommen - im Zusammenhang mit diesem Brainfog, den ich auch hatte unter Fin.

Mein Onkel leidet schon seit Jahren an MS. Echt schrecklich was diese Krankheit mit dem Gehirn anstellt. Nach neuesten wissenschaftlichen Erkenntnissen soll es ja angeblich nicht vererbbar sein, dennoch werde ich es nicht provozieren. Ich persönlich werde meine 5ar niemals wieder separat blocken eben aus genau diesen Gründen, die Meister Eder genannt hat. Und es ist noch einiges mehr, die 5ar besitzt so viele Aufgaben (speziell im männlichen Körper) und dieses Enzym, mit so etwas unfassbar potentem wie Dut zu hemmen, ist kompletter Wahnsinn. Bin echt froh Dut nie probiert zu haben.

Für "gesünder" halte ich ganz klar direkte Testosteronhemmung + Belegung des AR's selber. Klar dann kommen diverse andere, vor allem sexuelle, NW's auf einen zu aber man greift nicht so massiv in seine Neurosteroiden ein, wo keiner weiß was das auf lange Sicht für Auswirkungen hat. Deswegen haben Transen mit sowas so gut wie nie Probleme. Man sollte dann auch ohnehin seinen E2 Wert zumindest über den männlichen Referenzbereich anheben. Studien an Krebspatienten haben gezeigt, dass E2 neben den positiven Effekten auf das Herz-Kreislaufsystem und die Knochenstruktur, auch eine schützende Wirkung auf diverse Funktionen im Gehirn aufweist. Das ist jetzt um Himmelswillen keine Aufforderung das so zu machen! Das gilt nur für mich selber. Trotzdem hat Meister Eder recht und ihr solltet besonders mit Dut vorsichtig sein.

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?  
Posted by [PKWA](#) on Sun, 28 Dec 2014 20:18:06 GMT

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

@ Meister Eder

Ich hab nur 2 mal Dut topisch genommen - sofort wieder abgesetzt weil der Brain Fog gleich wieder schlimmer geworden ist. Ich stimme dir auch zu, ich werde nie wieder einen 5 Alpha Reduktase Hemmer nehmen, höchstens Ru nochmal probieren. Ja, Brain Fog ist wirklich richtig ätzend, auch besonders schlimm für mich weil ich Jurastudent bin und meine geistige Leistungsfähigkeit brauche. Mein Plan ist eigentlich dass ich den Brain Fog vollständig loswerden will, bevor ich wieder mit der Haarausfall Behandlung anfangen will. Aber wie gesagt, mir läuft im Bezug auf meine Haare leider langsam die Zeit davon

Ich werde es jetzt mal mit Pregnenolon probieren, das soll für sich gesehen schon ein sehr potentes Neurosteroid sein und die Myelinisierung der Nerven fördern.

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?  
Posted by [Meister Eder](#) on Mon, 29 Dec 2014 00:35:40 GMT

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

Bei 2 mal Dut topisch wirste den Brainfog sehr wahrscheinlich dann doch nicht vom Dut haben. Fin kann aber auch Brainfog verursachen und das haste ja ein Jahr lang genommen. Das war bei

mir zwar nie der Fall, aber es gibt einige, die das berichten. Das Pregnenolon klingt interessant. Pregnenolon ist unter anderem ein Vorläufer von Allopregnanolon und ich gehe stark davon aus, dass das der eigentliche Schlüssel zum Erfolg ist. Allerdings wird für die Synthese von Allopregnanolon aus Pregnenolon (ein Zwischenprodukt ist übrigens Progesteron) die 5- $\alpha$  benötigt, die evtl. noch gehemmt ist bei dir wegen fin. (hier ne Übersicht zur Biosynthese von Allopregnanolone:

[http://www.frontiersin.org/files/Articles/12871/fendo-02-00044-HTML/image\\_m/fendo-02-00044-g001.jpg](http://www.frontiersin.org/files/Articles/12871/fendo-02-00044-HTML/image_m/fendo-02-00044-g001.jpg)). Wenn es jetzt daran liegt, dass Allopregnanolon fehlt und deine 5- $\alpha$  Enzyme noch inhibiert sind, sollte theoretisch die Einnahme von Pregnenolon keinen großen Effekt haben. Es staut sich nur Progesteron an, weil es nicht zu Allopregnanolon umgesetzt werden kann und das wird dann eben zu was anderem umgewandelt. Ich sag theoretisch, weil das ja doch eine sehr einfache und reduzierte Denkweise ist und der Körper oft noch nen Ersatzmechanismus hat, um doch noch irgendwie das Allopregnanolone zu synthetisieren ohne die 5- $\alpha$ . Grad bei biologischen Systemen kann man da mit irgendwelchen Theorien oft nicht so genaue Voraussagen machen. Kann allerdings auch sein, dass deine 5- $\alpha$ s schon wieder frei sind und dann müsste es theoretisch möglich sein, den Heilungsprozess mit Pregnenolon oder Progesteron zu beschleunigen. Also probier's einfach aus - aber nicht überdosieren! Lieber mit niedriger Dosis rangehen, falls es kontraproduktiv ist. In nem Ami-Forum hab ich mal gelesen, dass einer seinen brainfog mit Allopregnanolon direkt beseitigt hat. Gibt auch Leute, die auf Ibuprofen/grünen Tee/Curcumin schwören oder auf Rohkost bzw. ketogene Diät mit carb refeed. Gibt auch die Theorie, dass der brainfog durch ne Östrogendominanz verursacht wird, die zu ner Insulinresistenz im Gehirn führt, weil das Östrogen den Insulinrezeptor blockiert. Ich glaub aber in der Regel wird's in den Meisten Fällen einfach die Zeit selbst gerichtet haben.

---

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [ricc123](#) on Mon, 11 May 2015 13:32:38 GMT

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

---

Ich würde dem Johanniskraut auch gerne eine Chance geben um meine RU NW (Brainfog, trockene, empfindliche Augen) zu beseitigen, weiterhin erhoffe ich mir auch eine positive Wirkung auf meine allgemein depressive Grundstimmung.

Hat jemand konkret Erfahrungen mit Dosierung? Ein User auf BTT der meint er hätte mit Johanniskraut seine NW in den Griff bekommen nimmt ca.2400mg. Das entspricht bei den üblichen Dragees 8 - 9 Stk was ich doch für ein wenig viel halte...bzw. will ich keine 9 Dragees am Tag schlucken. Kennt jemand ein höher dosiertes Produkt?

Ich habe sonst noch Laif 900 entdeckt, welches 900mg enthält mir aber etwas zu teuer ist und das hier

[url=[http://www.amazon.de/Johanniskraut-Extrakt-2000-Vegi-Kapseln/dp/B00T4L1FYG/ref=sr\\_1\\_14?s=drugstore&ie=UTF8&qid=1431351888&sr=1-14&keywords=johanniskrauturl](http://www.amazon.de/Johanniskraut-Extrakt-2000-Vegi-Kapseln/dp/B00T4L1FYG/ref=sr_1_14?s=drugstore&ie=UTF8&qid=1431351888&sr=1-14&keywords=johanniskrauturl)]

anscheinend 2000mg pro Tablette, kommt mir allerdings spanisch vor, dass die soviel billiger sind.

---

Subject: Aw: Johanniskraut gegen Topical (RU, Fin etc.) Nebenwirkungen?

Posted by [pilos](#) on Mon, 11 May 2015 14:40:23 GMT

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

---

ricc123 schrieb am Mon, 11 May 2015 16:32 Ich würde dem Johanniskraut auch gerne eine Chance geben um meine RU NW (Brainfog, trockene, empfindliche Augen) zu beseitigen, weiterhin erhoffe ich mir auch eine positive Wirkung auf meine allgemein depressive Grundstimmung.

Hat jemand konkret Erfahrungen mit Dosierung? Ein User auf BTT der meint er hätte mit Johanniskraut seine NW in den Griff bekommen nimmt ca. 2400mg. Das entspricht bei den üblichen Dragees 8 - 9 Stk was ich doch für ein wenig viel halte...bzw. will ich keine 9 Dragees am Tag schlucken. Kennt jemand ein höher dosiertes Produkt?

Ich habe sonst noch Laif 900 entdeckt, welches 900mg enthält mir aber etwas zu teuer ist und

das hier

[url=[http://www.amazon.de/Johanniskraut-Extrakt-2000-Vegi-Kapseln/dp/B00T4L1FYG/ref=sr\\_1\\_14?s=drugstore&ie=UTF8&qid=1431351888&sr=1-14&keywords=johanniskrauturl\[url\]](http://www.amazon.de/Johanniskraut-Extrakt-2000-Vegi-Kapseln/dp/B00T4L1FYG/ref=sr_1_14?s=drugstore&ie=UTF8&qid=1431351888&sr=1-14&keywords=johanniskrauturl[url])]

anscheinend 2000mg pro Tablette, kommt mir allerdings spanisch vor, dass die soviel billiger sind.

das ist eine umrechnungs-equivalente in droge-menge

3 VEGI Kapseln enthält: Johanniskraut Extrakt 4:1- 1500 mg

apotheke war schon immer billiger

200 stada- für 15 euro ist genaus so viel wie 100 laif 900 für 50 euro

<http://www.medizinfuchs.de/08918861>