
Subject: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Thu, 29 Sep 2016 16:10:35 GMT

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

Ab hier beginnt "Teil 3" des Themas

Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz

Bei Interesse an den beiden vorherigen Themen:

Teil 1: http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/23842/274995/#msg_274995

Teil 2: http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/24262/283188/#msg_283188

Mit den letzten Beiträgen aus dem 2. Teil geht es hier weiter >>>

Bauo schrieb am Thu, 29 September 2016 18:10 wollte das thema nochmal aufgreifen und fragen, ob progesteron nun tatsächlich als finasterid ersatz taugt?

wie sieht es bei den nebenwirkungen von progesteron topisch aus (wenn man nicht so hoch dosiert)?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [buttkeis](#) on Thu, 29 Sep 2016 16:31:44 GMT

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

musst das prog aber mit ket nehmen...

austesten. einige haben NWs andere kaum bis garnicht. Einige Erfolge, einige kaum

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [Pandemonium](#) on Thu, 29 Sep 2016 20:12:19 GMT

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

bo79 schrieb am Sun, 07 August 2016 19:19 Meine Naturheilpraktikerin hat gemeint das Progesteron zu niedrig ist und die Armoatese (Estradiol) zu niedrig und Cportsol zu niedrig. Sie hat mir ein ganzes Regimen an homöopathischen Mitteln verschrieben, [...] eine Urtinktur

(Wiederröschen) als Aromatasehemmer

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [LordKord](#) on Thu, 29 Sep 2016 20:48:32 GMT

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

Homöopathische Mittel...ja ne is klar.

Manche Leute lernen es nie.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [Jürgen87](#) on Fri, 30 Sep 2016 06:55:22 GMT

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

HP schön und gut bei Kindern und gewissen Anwendungsfällen bei E. , aber doch nicht bei den Haaren.

Ich merke schon, die Welt besteht aus vielen gutgläubigen Trotteln (nicht direkt auf einen User bezogen) und es wäre genauso dumm, daraus kein Kapital zu schlagen..

Ich habe aber leider zuviel Skrupel und Mitleid.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [pilos](#) on Fri, 30 Sep 2016 07:29:14 GMT

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

eine weidenröschen urtinktur ist kein homeopatisches mittel

man kann es mehr in der sägepalme richtung einreihen

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/9140222>

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/8778238>

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [Jürgen87](#) on Fri, 30 Sep 2016 09:17:02 GMT

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

Das ist ja noch schlimmer, eine Heilpraktikerin die einem homöopathische Mittel "verschreibt" die dann im Endeffekt ähnlich wie Sägepalme wirken können, welches auch schon bei einem oder anderen zu FIn ähnlichen Symptomen geführt hat.

In dem Fall wäre es wohl wirklich besser, wäre es HP gewesen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [pilos](#) on Fri, 30 Sep 2016 10:27:14 GMT

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

es gibt keine nebenwirkungen

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [Jürgen87](#) on Fri, 30 Sep 2016 11:18:15 GMT

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

Generell:

<http://www.healthline.com/health/testosterone-saw-palmetto#Hairloss5>

<http://www.everydayhealth.com/drugs/saw-palmetto>

Erfahrungsbericht (in bester "Fin / Saw Palmetto hat mein Leben zerstört"):

<http://www.propeciahelp.com/forum/viewtopic.php?t=1398>

<http://www.hairlosshelp.com/forums/messageview.cfm?catid=10&threadid=88124>

Das hab ich in 3 Minuten googlen gefunden.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [Bauo](#) on Fri, 30 Sep 2016 11:55:35 GMT

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

um nochmal kurz zum progesteron zurück zu kommen

ich dachte es sei vielleicht sinnvoll etwas davon auf die front aufzutragen, nicht viel.

allerdings weiß ich nicht, ob das so optimal ist, nachdem es bei vielen anwendern scheinbar nicht geholfen hat?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [mike.](#) on Fri, 30 Sep 2016 12:56:44 GMT

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

Bauo schrieb am Fri, 30 September 2016 13:55um nochmal kurz zum progesteron zurück zu kommen

ich dachte es sei vielleicht sinnvoll etwas davon auf die front aufzutragen, nicht viel.

allerdings weiß ich nicht, ob das so optimal ist, nachdem es bei vielen anwendern scheinbar nicht geholfen hat?

ich trage es an der front auf.. mein status ist seit 2014 stabil und der tgl haarwechsel bei unter 100 haare tgl

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [pilos](#) on Fri, 30 Sep 2016 12:57:53 GMT

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

Jürgen87 schrieb am Fri, 30 September 2016 14:18Generell:

<http://www.healthline.com/health/testosterone-saw-palmetto#Hairloss5>

<http://www.everydayhealth.com/drugs/saw-palmetto>

Erfahrungsbericht (in bester "Fin / Saw Palmetto hat mein Leben zerstört"):

<http://www.propeciahelp.com/forum/viewtopic.php?t=1398>

<http://www.hairlosshelp.com/forums/messageview.cfm?catid=10&threadid=88124>

Das hab ich in 3 Minuten googlen gefunden.

ich rede aber von weidenröschen - Epilobium

mit sägepalme war die pflanzliche ecke gemeint

ich empfehle auch keinem sägepalme oral..schon wegen magenprobleme usw...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [buttkeis](#) on Sat, 01 Oct 2016 18:18:27 GMT

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

Probiere es aus. Du mußt nur prog zusammen mit Ket nehmen. Dass ist wichtig. Erfolg kommt nicht übernacht

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Fri, 14 Oct 2016 18:43:47 GMT

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

wollte jetzt evtl. noch etwas progesteron zu einer ket-lotion zugeben.

es gibt in der selbsthilfe ja auch einen thread für eine lotion aus 0,45% progesteron und 0,5% ket.

Die Mischanleitung gibt das leider ohne Gewicht an, sprich mit Strichen im Glas.

Mag das nicht so...könnte mir vllt. jemand sagen wie viel mg man jeweils der beiden Cremes verwenden müsste?

viele dank im voraus

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Fri, 14 Oct 2016 19:14:54 GMT

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

1:1

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [dachs](#) on Wed, 16 Nov 2016 17:56:21 GMT

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

Progesteron soll ja immer in Kombination mit Ket genutzt werden. Meine Fragen lauten:

- 1.) Kann man auch Progesteron mit Ru statt Ket nutzen?
 - 2.) Wer nutzt noch Progesteron? Wer hatte Erfolge?
-

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Nemesis](#) on Wed, 16 Nov 2016 22:37:35 GMT

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

Habs damals auch ewig benutzt und hat 0 geholfen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [yoda](#) on Thu, 17 Nov 2016 04:38:14 GMT

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

Benutze Prog noch heute und es entspricht den Erwartungen. Wunder sollte man keine erwarten, weil es nicht ausreicht.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike](#). on Thu, 17 Nov 2016 15:48:59 GMT

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

ich nehme auch seit 2014 nur noch P4

mein Haarbild ist seit seit 2014 konstant geblieben (leichte ecken (V-Form), dichter wirbel und dichte mitte/front) und der Haarwechsel bei ~ 70-100 tgl.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike](#). on Thu, 17 Nov 2016 16:08:16 GMT

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

yoda schrieb am Thu, 17 November 2016 05:38 Benutze Prog noch heute und es entspricht den Erwartungen. Wunder sollte man keine erwarten, weil es nicht ausreicht.

was nimmst du aktuell?

only P4?

-> in welcher dosierung und applikationsform?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [yoda](#) on Thu, 17 Nov 2016 16:47:54 GMT

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

mike. schrieb am Thu, 17 November 2016 17:08

only P4?

schau hier...

https://www.alopezie.de/fud/index.php/m/376743/#msg_376743

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Sun, 11 Dec 2016 18:05:04 GMT

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

wie sieht eure dosis aus (wie viel mg, wie oft die woche und welche on/off phasen)
tragt ihr das progesteron in einer lotion mit ket zsm. auf oder getrennt?
und zum schluss noch, direkt auf die kopfhaut oder stirn, unterarme etc.?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Mon, 01 Jan 2018 22:28:47 GMT

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

Wer nimmt denn derzeit noch Progesteron? Was und wie und wie oft genau?

Ich suche ja immer noch nach einem weiteren Wirkstoff neben Minox und Ket-Creme.

Unter welchen Bedingungen ergibt Progesteron denn Sinn? Yoda schrieb mal was, dass es seine Erwartungen erfüllt habe. Aber welche Erwartungen kann man denn daran haben?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Sonic Boom](#) on Tue, 02 Jan 2018 12:17:34 GMT

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

Ich habs mal vor vier Jahren kurzzeitig genommen, als ich mit Fin Probleme hatte. Ich habs leider nicht durchgezogen und irgendwann mir RU angefangen. Ich weiß nur noch dass ich die Progy Creme über amazon bestellt hab!

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Tue, 02 Jan 2018 19:43:57 GMT

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

romue77 schrieb am Mon, 01 January 2018 23:28Wer nimmt denn derzeit noch Progesteron?
Was und wie und wie oft genau?

ich.

100mg sublingual täglich vor dem schlafengehen

phasenweise off .. alle paar wochen mal für 1-2 wochen off.

wirkung: haarstatus stabil seit einigen jahren (kein fin, kein minox seit 2012)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Wed, 03 Jan 2018 02:26:46 GMT

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

mike. schrieb am Tue, 02 January 2018 20:43romue77 schrieb am Mon, 01 January 2018 23:28Wer nimmt denn derzeit noch Progesteron? Was und wie und wie oft genau?

ich.

100mg sublingual täglich vor dem schlafengehen

phasenweise off .. alle paar wochen mal für 1-2 wochen off.

wirkung: haarstatus stabil seit einigen jahren (kein fin, kein minox seit 2012)

Mike bekommst du das Progi via Rezept? Sonst wüsste ich persönlich nicht wo man 100 mg tabs so bekommen könnte fur sublinguale Einnahme. Und welche Auswirkungen bemerkst du ansonsten noch auf Körper/Optik und Psyche durch Progi?

lg

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Wed, 03 Jan 2018 05:26:42 GMT

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

Obes89 schrieb am Wed, 03 January 2018 03:26Und welche Auswirkungen bemerkst du ansonsten noch auf Körper/Optik und Psyche durch Progi?

lg

psyche stabil/härtend

ansonsten keine auffälligkeiten mehr.

in der ersten zeit hatte ich das gefühl, etwas nervöser zu sein - das ist nun komplett weg und ich bin sehr gelassen / sehr wohltuend

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Pandemonium](#) on Wed, 03 Jan 2018 11:22:32 GMT

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

mike. schrieb am Tue, 02 January 2018 20:43wirkung: haarstatus stabil seit einigen jahren (kein fin, kein minox seit 2012)

Etwas gewagt, dies dem Progesteron zuzuschreiben.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Aristo084](#) on Wed, 03 Jan 2018 11:47:57 GMT

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

Pandemonium schrieb am Wed, 03 January 2018 12:22mike. schrieb am Tue, 02 January 2018 20:43wirkung: haarstatus stabil seit einigen jahren (kein fin, kein minox seit 2012)

Etwas gewagt, dies dem Progesteron zuzuschreiben.

Man muss auch mal einsehen, dass man ohne Fin genauso was erreichen kann.

Mike hat ja auch hier als einer der wenigen Ahnung was die Hormone angeht, weil er hier viel rum experimentiert hat und nun das passende für sich entdeckt hat.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Sat, 27 Jan 2018 22:07:55 GMT

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

nutzen progesteron neben mike eigentlich auch noch andere hier im forum?
wenn ja wie sieht es denn so aus bezüglich nebenwirkungen und erfolgen?
was kann man denn eigentlich an sich von progesteron erwarten/erhoffen?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [diabolic](#) on Mon, 29 Jan 2018 01:17:34 GMT

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

Gibt es eine Wechselwirkung von Progesteron und Cannabis?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Nomadd](#) on Mon, 29 Jan 2018 01:57:53 GMT

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

diabolic schrieb am Mon, 29 January 2018 02:17Gibt es eine Wechselwirkung von Progesteron und Cannabis?

https://www.drugs.com/drug_interactions.html

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Sat, 10 Feb 2018 18:46:24 GMT

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

Also Leute, es gibt hier ja scheinbar nur noch wenige die Progi nutzen, oder neu dazukommen. Ich habe mir nun von einer Quelle aus den USA ein 10% Progesteronöl bestellt für die sublinguale Aufnahme. Ich habe mit 30 mg angefangen und 2 Wochen am Stück täglich einmal Abends das Öl genommen, danach dann 1 Woche Pause. Nun habe ich nach der Pause wieder die 1 Woche rum (also insgesamt 4 Wochen seit Progi Beginn) Das Zeug ist Potent und wirkt eindeutig. Meine Haut ist extrem gut geworden. Nach einer Woche super Haut auf dem Rücken und den Schultern. Allerdings habe ich bei 30 mg etwas meine Gelenke gespürt (also Östrogen bereits zu stark gedrückt) bei 20 mg ist alles super. Sehr gutes Wohlbefinden, man fühlt sich Wach und Stabil und einfach gut. Es ging mir vorher nicht schlecht, in keinsten Weise, aber man merkt wirklich einen Unterschied.

Jetzt allerdings ist es so das meine Augenbrauen und Wimpern an Dichte verlieren und deutlich kürzer wachsen. Ich hatte immer schon extrem lange Wimpern und starke Augenbrauen für die mich vor allem immer Frauen beneiden. Außerdem tut es meinen Augen nicht so wirklich gut. Ich habe allgemein eine starke und weit überdurchschnittlich lange Körperbehaarung, meine Androgene scheinen da sehr stark zu befeuern, wenn sie dann wegfallen scheint das ganze stark nachzulassen) Was die Wimpern und Augenbrauen angeht ist es auch nicht unwahrscheinlich das so etwas passiert, wenn eben die Estrogen und auch Androgen Menge runter geht. Ich werde ab jetzt 10 mg Progi testen, und mir eine DHEA Creme holen und sie unter den Augen (um die Augen aufzutragen) Auch spüre ich meine Hoden ein wenig, ein leichter Druck, aber zu erwarten bei hormoneller Umstellung und einem wohl doch deutlich vorhanden Rückgang an DHT. Allerdings habe ich niemals erwartet, dass ich 30 mg bereits so stark spüren würde. Es ist mir echt ein Rätsel wie manche hier 100 mg über lange Zeit einnehmen konnten . Psyche ist sehr stabil, man hat viel Energie, Training läuft super und die Form sieht deutlich besser aus als vor einigen Wochen, da einiges an Wasser ausgeschwemmt wurde.

Die Haare haben momentan einen sehr krassen Schub und ich bin quasi ein stellenweise noch nicht ganz Dichter NW 0,5-NW1. Das wird aber eher daran liegen das ich die Minox Dosis wieder auf 50 mg angehoben habe, das Zeug bringt in Kombi mit RU Haare zurück wie nichts gutes.

Also alles in allem scheint Progesteron sehr potent zu sein und ich halte eine Wirkung auf die Haare bei einer hohen Dosis für sehr wahrscheinlich (zumindest bei mir) Allerdings wäre alles über 20-25 mg der Overkill für mich. Mal sehen ob 10 mg auch noch eine gute Wirkung auf das Wohlbefinden und meine Energie haben und meine Augen, Wimpern und Augenbrauen intakt lassen.

Wenn Interesse vorhanden ist kann ich gerne ab und zu mal Updates geben.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Sat, 10 Feb 2018 19:50:11 GMT

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

Achso und ich hatte seit Dut ja mit einer leichten bis moderaten Gyno zu kämpfen. Nach dem ich antiestrogene benutzt habe ging die Gyno fast auf Null zurück und flammte immer mal ein bisschen auf in Form von Puffy Nipples, aber nie wirklich schlimm. Könnte mir vorstellen das ein vorhandenes Gyno Gewebe auch durch RU befeuert werden kann. Naja nach jetzt 4 Wochen

Progi sind meine Brustwarzen flach wie lange nicht, sieht im Grunde wieder so aus wie früher.

Also gegen Gyno kann das Zeug auch wirklich ordentlich helfen. Und nein es war nicht nur Fett Gewebe, meine linke Brustwarze hatte vor 4 Wochen auch noch teils etwas festeres Gewebe das nicht ganz zurückging.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Sat, 10 Feb 2018 19:50:27 GMT

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

das finde ich aufjedenfall interessant
wollte die tage auch mal mit progesteron beginnen, allerdings topisch.

meinst du es macht von der wirkung her einen großen unterschied, wenn man beispielsweise 20mg sublingual oder topisch verwendet?

denkst du eine dosis von 10mg könnte zu einem zumindest halten der haare beitragen?

btw. wie viel ru nimmst du derzeit am tag?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Sat, 10 Feb 2018 20:14:07 GMT

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

Bauo schrieb am Sat, 10 February 2018 20:50das finde ich aufjedenfall interessant
wollte die tage auch mal mit progesteron beginnen, allerdings topisch.

meinst du es macht von der wirkung her einen großen unterschied, wenn man beispielsweise 20mg sublingual oder topisch verwendet?

denkst du eine dosis von 10mg könnte zu einem zumindest halten der haare beitragen?

btw. wie viel ru nimmst du derzeit am tag?

ja der Unterschied wird recht groß sein. Sublingual wird eine Wirkung deutlich schneller eintreten als bei transdormaler Gabe. Transdermal kann es schon mal sein das man einige Tag, Wochen nicht viel bemerkt. Ich habe vom gleichen Hersteller 2016 eine Creme genutzt, und auch 20 mg aufgetragen und hatte keine wirkliche Wirkung, oder sogar das Gefühl das es mir schlechter ging. Aber das lag wahrscheinlich daran, dass ich damals noch in einer richtigen Estrogendominanz war, wenn man dann Progi nimmt werden die Symptome für kurze Zeit manchmal schlimmer.

Sublingual wirkt halt schnell, die Bioverfügbarkeit ist optimal. Aber auch Transdermal passt wenn man es lange Zeit nimmt. Ob es wirklich hilft kann ich dir nicht sagen. Aber ein wenig Progi

unterstützend zu nutzen kann schon sinnvoll sein denke ich. Ansonsten hatte ich überlegt ob progi + ein wenig estriol creme unter die Haarlinie schmieren nicht auch interessant wäre.

Wenn man sich die Erfolge von Yoda anschaut, die er mit progi hatte (und das auf einem relativ Kahlen Kopf) dann zeigt dass, dass Progi auf jeden Fall ein wenig bringt. Also etwas Progi topisch zu nutzen in Verbindung mit Mitteln wie fin,Minox,Ru, Ket usw. sollte durchaus Sinn machen und kann vlt. etwaige gute Ergebnisse noch verstärken. Auch wenn der Hype hier abgeklungen ist. Wenn jedes Mittel nur ein bisschen Erfolg bringt, und man dann ein paar davon zusammen nutzt kann das ganze schon was hermachen.

Lg

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Nomadd](#) on Sat, 10 Feb 2018 21:12:48 GMT

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

Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46Ich habe mir nun von einer Quelle aus den USA ein 10% Progesteronöl bestellt für die sublinguale Aufnahme.

Wo, Welches? Gerne auch per PN

Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46

Jetzt allerdings ist es so das meine Augenbrauen und Wimpern an Dichte verlieren und deutlich kürzer wachsen.

Das könnte ich mit meinen Theo Waigel Augenbrauen auch gut gebrauchen...

Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46

Wenn Interesse vorhanden ist kann ich gerne ab und zu mal Updates geben.

Auf jeden Fall!

Danke.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haireinspaziert](#) on Sat, 10 Feb 2018 21:20:34 GMT

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

Schließe mich den ganzen Fragen an, wüsste auch gern das Produkt und die genaue

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Sat, 10 Feb 2018 21:48:48 GMT

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

Einfach bei Google nach Onas Natural Progesteron suchen. Dann findet ihr die Seite. Gibt dort eine Vielzahl von verschiedenen Konzentrationen von Progesteron und auch einmal 1% estriol.

Achso der Versand ist jetzt vermutlich aus UK. Mein Progesteronöl kam aus UK und war sehr schnell da. Aber auch die 2016 Lieferung kam innerhalb von knapp 8 Tagen aus Kalifornien

Achso und ich hatte mal nachgefragt, wie es kommt das solch hohe Konzentrationen so günstig angeboten werden. Ich bekam die Antwort: das man die Produkte gerne erschwinglich anbieten möchte und es kein Problem ist sie in dem Preisniveau zu halten, wenn man nicht extrem gierig ist und alles überteuert. Also war ein netter und höflicher Kontakt. Ich habe jetzt auch keinen Zweifel mehr das die Konzentrationen wirklich so hoch sind.

Haha und Theo Waigel Augenbrauen ist gut das ist wirklich zu krass. Aber ich weiß nicht ob jeder so krass reagieren wird wie ich. Wir alle haben ja auch Haare in der Nase, die man leider auch häufig stutzen muss, wenn man zu viel und starker Körperbehaarung neigt. Auch diese Wachsen jetzt viel weniger stark :0 schon heftig. Vlt. bin ich jetzt vom DHT unter dem sehr hohen Wert der die Körperhaare so befeuert, und sie wachsen weniger kräftig. Das würde ich in der Tat auch sehr sehr geil finden. Nur die Wimpern, Augenbrauen und die Augen selbst sollen in Form bleiben

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Sat, 10 Feb 2018 23:25:25 GMT

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

Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46 Ich habe mir nun von einer Quelle aus den USA ein 10% Progesteronöl bestellt für die sublinguale Aufnahme. Ich habe mit 30 mg angefangen und 2 Wochen am Stück täglich einmal Abends das Öl genommen, danach dann 1 Woche Pause.

Progesteron sublingual? Wird das dann nicht in Testo und nachfolgend in DHT umgewandelt? Oder nimmst Du zusätzlich noch Fin, um die Umwandlung in DHT zu unterbinden?

Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46 Nach einer Woche super Haut auf dem Rücken und den Schultern.

Was genau hat sich da verbessert?

Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46 Außerdem tut es meinen Augen nicht so wirklich gut.

Inwiefern tut es Deinen Augen nicht gut?

Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46 Psyche ist sehr stabil, man hat viel Energie, Training läuft super und die Form sieht deutlich besser aus als vor einigen Wochen, da einiges an Wasser ausgeschwemmt wurde.

Psyche stabil? Also in den Teilen ihres Zyklus, in denen Progesteron hoch ist, sind Frauen eher weniger stabil. Wie passt das zusammen?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [andal](#) on Sat, 10 Feb 2018 23:59:10 GMT

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

hoffe ich verrenne mich hier nicht, bin sicher nicht yoda mit ner theorie aber....

Ein wichtiger Vorteil der Verwendung von Progesteron bei Männern ist die Senkung des Insulinspiegels

btw cortisol blockt/besetzt übrigens die progesteron rezeptoren...

passionsblume wäre vielleicht noch ne sanftere alternative..

vielleicht hat ja jemand ne meinung...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Sun, 11 Feb 2018 00:05:00 GMT

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

romue77 schrieb am Sun, 11 February 2018 00:25Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46Ich habe mir nun von einer Quelle aus den USA ein 10% Progesteronöl bestellt für die sublinguale Aufnahme. Ich habe mit 30 mg angefangen und 2 Wochen am Stück täglich einmal Abends das Öl genommen, danach dann 1 Woche Pause.

Progesteron sublingual? Wird das dann nicht in Testo und nachfolgend in DHT umgewandelt? Oder nimmst Du zusätzlich noch Fin, um die Umwandlung in DHT zu unterbinden?

Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46Nach einer Woche super Haut auf dem Rücken und den Schultern.

Was genau hat sich da verbessert?

Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46Außerdem tut es meinen Augen nicht so wirklich gut.

Inwiefern tut es Deinen Augen nicht gut?

Obes89 schrieb am Sat, 10 February 2018 19:46Psyche ist sehr stabil, man hat viel Energie, Training läuft super und die Form sieht deutlich besser aus als vor einigen Wochen, da einiges an Wasser ausgeschwemmt wurde.

Psyche stabil? Also in den Teilen ihres Zyklus, in denen Progesteron hoch ist, sind Frauen eher weniger stabil. Wie passt das zusammen?

Progesteron kann umgewandelt werden. Aber in erster Linie drückt es DHT und Östrogen.

Was sich auch beides deutlich bei mir zeigt. Zu viel Progi und Gelenkschmerzen treten auf, da zu wenig Östrogen. Und nein DHT Hemmer wie Fin oder Dut werde ich nie mehr nehmen.

Was die Haut angeht: Ich neige leider immer zu fiesen Entzündungen. Sehr dicke und tiefe Entzündungen. Die Treten einfach kein bisschen mehr auf :0 Pickel hier und da ein wenig, aber nur ganz winzig. Also das hat sich gebessert um sagen wir 80% Das habe ich so kein bisschen erwartet. Aber ich habe mal einen Arzt darüber sprechen hören. DHT Hemmung im Bereich wie 1 mg fin oder auch dut ihn erzeugen ist zu krass und meist geht es nach hinten los. Den DHT Spiegel aber leicht drücken, also sagen wir um 20 max.30% kann gewinnbringender sein für Haut etc. Und es muss ja definitiv etwas anders sein. Unter 0,1 mg Dut hatte ich schlechtere Haut und viele Pickel am Kopf und die AGA ging richtig ab (denke vermutlich durch das stark erhöhte Test) Ich scheine auf androgene sehr sehr gut zu reagieren. Deswegen ist vlt. so eine moderate DHT Hemmung sinnvoller für manche Personen.

Was die Augen angeht: Werden sehr trocken, in Kombi mit regelmäßiger RU Nutzung sicher zu viel. Und ich sehe an meinen Augen das ich definitiv ein Kandidat für Sunken Eyes und starke Augenringe bin, wenn ich Antiandrogene und DHT Hemmer nutze. Also Die Haut um meine Augen entfärbt sich und wird sehr hell und sieht wirklich dünner aus. Und das ist keine Einbildung. Das tritt sehr schnell bei mir auf und nach 1-2 Wochen ohne derartige Mittel sehen sie dann wieder deutlich gesünder und auch nicht dauer gerötet aus. Und nach ein paar weiteren Wochen dann wieder Top. Deswegen werde ich DHEA und Androgenhaltige Topicals nutzen um die Augen trotz AGA Therapie gesund zu halten.

Die Psyche: ich fühle mich sehr gut, wach, fokussiert und Energiegeladen. Progesteron wirkt Stimmungsaufhellend und Depressionen entgegen. Frauen sind nur nicht Stabil wenn es starke und schwankende Spiegel jeglicher Art gibt, dass wäre und ist bei Männern genauso. Ein ordentlich hoher Progesteronspiegel tut Frauen sehr gut.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haireinspaziert](#) on Sun, 11 Feb 2018 11:26:16 GMT

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

@Obes89: hast du das Estriol auch bestellt und genommen oder lediglich Progi?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Sun, 11 Feb 2018 11:33:44 GMT

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

Obes89 schrieb am Sun, 11 February 2018 01:05

Was die Haut angeht: Ich neige leider immer zu fiesen Entzündungen. Sehr dicke und tiefe Entzündungen. Die Treten einfach kein bisschen mehr auf :0 Pickel hier und da ein wenig, aber nur ganz winzig. Also das hat sich gebessert um sagen wir 80% Das habe ich so kein bisschen

erwartet.

Das klingt sehr interessant. Ich neige nämlich auch zu solchen Entzündungen. Würde mich freuen, wenn Du weiter darüber berichtest.

haireinspaziert schrieb am Sun, 11 February 2018 12:26@Obes89: hast du das Estriol auch bestellt und genommen oder lediglich Progi?

Progi + Estriol = Brüste, oder?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Thu, 15 Feb 2018 20:08:51 GMT

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

Also Leute ich mache erstmal eine Progesteron Pause. Progi verwenden und dazu noch minox+RU ist für meine Augen eher zu hart. Wenn ich die DHEA Creme oder vlt. das Anti-Androgene Topical habe werde ich wieder Progi nutzen. Dann allerdings keine 30 mg, sondern 15-20 mg. Ich habe das Gefühl das dürfte mehr als ausreichen.

Trotzdem finde ich es interessant wie viel besser meine Haut unter Progi wird. Die Verhornung der Haut wird sehr stark gemindert und wie beschrieben wachsen die Körperhaare teils weniger Kräftig. Ich denke wenn ich es länger nutzen werde, würde man dies auch dort bemerken wo die Haare am stärksten sind. (also Arme,Brust und Beine)

Was meinen denn Leute wie Yoda oder auch Pilos dazu, dass ich so stark reagiere? Es wirkt auf mich als würde ich auf Androgene sehr sensibel reagieren: dadurch starke Behaarung (vor allem teils sehr lange Körperhaare) und Pickel und verhornte hat) Haut ist so weit ok, nicht so schlimm wie vor Jahren, aber der unterschied ist trotzdem mehr als nur ein wenig vorhanden. Also es scheint wie gesagt das ich sensibel auf DHT reagiere. Und eine Absenkung durch 20-30 mg Progi macht sich stark bemerkbar. Allerdings scheint das der sweet spot zu sein in dem es mir gut tut. Damals unter 0,1 mg dut gab es mehr Kopfhaut jucken, Pickel etc. und wenig Energie, schlechtere Erektionen. Vermutlich weil das DHT noch deutlich stärker reduziert war und das Testo deutlich stärker erhöht. Unter Progi was die Energie angeht eher das Gegenteil,sehr gutes Wohlbefinden und irgendwie ein angenehmes und gutes Körpergefühl ansonsten alles wie vor Progi.

Würden wie gesagt meine Augen nicht negativ reagieren wäre Progi super für mich. Fühlt sich so an als würde es ein sehr gutes hormonelles Gleichgewicht herstellen.

Lg

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Thu, 15 Feb 2018 20:27:53 GMT

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

romue77 schrieb am Sun, 11 February 2018 12:33
Obes89 schrieb am Sun, 11 February 2018 01:05

Was die Haut angeht: Ich neige leider immer zu fiesen Entzündungen. Sehr dicke und tiefe Entzündungen. Die Treten einfach kein bisschen mehr auf :0 Pickel hier und da ein wenig, aber nur ganz winzig. Also das hat sich gebessert um sagen wir 80% Das habe ich so kein bisschen erwartet.

Das klingt sehr interessant. Ich neige nämlich auch zu solchen Entzündungen. Würde mich freuen, wenn Du weiter darüber berichtest.

haireinspaziert schrieb am Sun, 11 February 2018 12:26@Obes89: hast du das Estriol auch bestellt und genommen oder lediglich Progi?

Progi + Estriol = Brüste, oder?

Also ich überlege tatsächlich ob ich mir die Estriolcreme bestelle und davon ein bisschen im Gesicht schmiere. Soll ja sehr gut für die Haut sein, und Estriol führt eher nicht zu Problemen im Bereich der Verweiblichungen. Es wirkt nicht so stark und wenn man davon 1-2 mg topisch nutzt, sollte man systemisch keinerlei Probleme haben. Und Progi hilft äußerst gut gegen Bitch Tits. Ich hatte damit keine großen Probleme mehr, aber seit dem ich dut nahm und eine Gyno bekam, flammt das ganze immer ganz leicht auf, oder die Nippel tun weh. Vlt. bin ich ja immer noch die ganze Zeit in einem etwas erhöhten Östrogenbereich gewesen... Durch Progi wurden sie innerhalb von 4 Wochen noch deutlich flacher. Sie waren allgemein nicht mehr groß, aber immer mal ein wenig puffy und im linken nippel spürte man ein klein bisschen Gewebe.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haireinspaziert](#) on Thu, 15 Feb 2018 21:52:06 GMT

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

vielen Dank für deine ausführlichen Erkenntnisse hinsichtlich Progi und deiner weiteren Vorgehensweise. Klingt dann woh vernünftig erstmal mit Progi auszusetzen, wenngleich ich darunter bisher nie etwas bezüglich der Augen gehört habe, wurde es unter Progi verstärkt? Danke - jedenfalls vei mir - dass es im Wesentlichen vom RU kommt, aber hatte bis dato auch nur Progi geschmiert und das ist schon länger her. Hast du dann immer drei Tropfen täglich hom Progiöl genommen? Unter die Zu ge oder auf ddm Zahnfleisch verrieben (so stand es meine ich auf der Seite)?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Thu, 15 Feb 2018 22:16:19 GMT

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

haireinspaziert schrieb am Thu, 15 February 2018 22:52vielen Dank für deine ausführlichen Erkenntnisse hinsichtlich Progi und deiner weiteren Vorgehensweise. Klingt dann woh vernünftig erstmal mit Progi auszusetzen, wenngleich ich darunter bisher nie etwas bezüglich

der Augen gehört habe, wurde es unter Progi verstärkt? Denke - jedenfalls bei mir - dass es im Wesentlichen vom RU kommt, aber hatte bis dato auch nur Progi geschmiert und das ist schon länger her. Hast du dann immer drei Tropfen täglich vom Progiöl genommen? Unter die Zunge oder auf dem Zahnfleisch verrieben (so stand es meinerseits auf der Seite)?

Also die ersten Probleme mit den Augen kamen nach dem ich 3 Monate lang dut nahm. DA viel mir nichts auf. Dann nahm ich dut topisch und das ging so dermaßen auf die Augen. Extrem Druck etc. Habe ich nach ein paar Tagen sein gelassen. Seit dem habe ich das Gefühl das RU den Augen ebenfalls nicht gut tut. Die Haut um die Augen entfärbt und sie im Bereich der Tränenfurche dünner wird. Als ich RU letztes Jahr im Sommer ca. 3 Monate gar nicht genutzt habe sahen meine Augen schnell wieder viel gesünder aus, waren weniger Rot usw. Progi hemmt DHT und jemand der im Bereich der Augen sensibel reagiert kann das dann natürlich auch durch Progi erleben. Wenn man den Thread hier durchliest, dann weiß man das es einige gab die über sehr trockene Augen berichtet haben. Insbesondere wenn sie Fin nahmen und auch noch Progi dazu. Wieder andere haben halt gar keine Probleme.

Ich nehme einfach etwas Öl mit einer Spritze und gebe es unter die Zunge. Nach ein paar Minuten verteile ich es dann mit samt dem Speichel auf dem Zahnfleisch, lasse es dann noch ein wenig einwirken und fertig.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [Obes89](#) on Thu, 15 Feb 2018 22:36:26 GMT

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

Achso und Haut wird jetzt nach ein paar Tage ohne Progi schlechter. Wieder ein paar Entzündungen unter der Haut und mehr kleine Pickel. Also wird wieder BPO geschmiert. Von solchen Dingen haben damals übrigens RU Power und Co. berichtet. Das in der Woche Pause von Progi ein paar Pickel auftraten. Wahnsinn wie schnell es jegliche Pickel/Entzündungen verhindert und nach ein paar Tagen ohne geht es wieder los. Also legen die Androgene wieder los. Ich scheine wirklich sehr sensibel auf DHT zu reagieren. Unter Progi kann ich auch vermehrt Milch und andere Produkte zu mir nehmen, die bei mir zu Pickeln führen, ohne das dadurch dann welche entstehen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [haireinspaziert](#) on Thu, 15 Feb 2018 23:07:21 GMT

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

du hattest jeweils 3ml pro Tag davon zu dir genommen oder? Überlege auch das Zeug zu bestellen, bei der Dosis ist es natürlich rasch aufgebraucht.....die Geschichte mit den Augen bereitet mir auch Sorgen: habe mittlerweile nach eigenem Empfinden auf dem linken Auge einen erhöhten Innendruck, was sich bei viel und langer Arbeit zusätzlich negativ auf Migräne auswirkt und auch so langfristig nicht gut sein kann. Bringe das Ganze mit RU in Verbindung, allerdings ist es noch eine vage Vermutung, 2 Wochen off konnten es nicht merklich mildern,

muss es wohl mal länger probieren.....mit der Haut habe ich glücklicherweise weniger Probleme, hatte mal ein großes und habe dann auf Anraten eines Uniklinik Arztes den größten Fehler meines Lebens gemacht (Aknenormin), naja ich schweife ab....man sieht dass die ganze Hormongeschichte ultrasensibel und individuell ist. Ich hoffe an der Theorie von yoda ist was dran und wir kommen einen Schritt weiter dadurch....für die Haare übrige Körperteile der Gesundheit zu schädigen/stören ist ein mieser trade-off, den man leider oft zu ausreizend in Anspruch nimmt....bin gespannt ob die DHEA Creme abhilfe schaffen kann

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Thu, 15 Feb 2018 23:47:17 GMT

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

haireinspaziert schrieb am Fri, 16 February 2018 00:07du hattest jeweils 3ml pro Tag davon zu dir genommen oder? Überlege auch das Zeug zu bestellen, bei der Dosis ist es natürlich rasch aufgebraucht.....

3 ml? Nein, das ist viel zu viel! Von der Website des Anbieters:

Zitat:1 ml enthält 100 mg bioidentisches Progesteron und 100 IU Vitamin E

3 ml entsprächen somit 300 mg Progesteron. Um auf die von Obes89 erwähnten 30 mg zu kommen, reichen also 0,3 ml.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haireinspaziert](#) on Fri, 16 Feb 2018 06:36:50 GMT

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

Haha, ohje, da hat sich gestern die Müdigkeit durchgeschlagen. Dann lässt auch die Konzentration für Konzentrationen nach: mea culpa.

So macht es natürlich Sinn, danke dir! Bei der Biovea Progy Creme waren es meine ich 20mg pro Hub, was als Crememenge nicht wenig war- vllt. auch daher die Verwirrung im Oberstübchen. Ich finde die Idee mit dem Öl digtl.sehr gut, denke ich werde es mir auch bestellen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [kreHAARTiv](#) on Wed, 21 Feb 2018 13:39:08 GMT

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

Kurze Frage zum Einnahmeschema ...

Es wird ja glaube ich ein "3/W on / 1/W off" Schema wegen des Gewöhnungseffekts empfohlen. Wäre es auch möglich bzw. sinnvoll "5/T on / 2/T off" zu fahren ? (Das man z.B. immer am WE pausiert)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Wed, 21 Feb 2018 15:58:38 GMT

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

kreHAARtiv schrieb am Wed, 21 February 2018 14:39Kurze Frage zum Einnahmeschema ...

Es wird ja glaube ich ein "3/W on / 1/W off" Schema wegen des Gewöhnungseffekts empfohlen. Wäre es auch möglich bzw. sinnvoll "5/T on / 2/T off" zu fahren ? (Das man z.B. immer am WE pausiert)

Eher 2 On 1 Off, da ja schon nach dem Zeitraum die körpereigene Produktion beeinflusst wird. 5 Tage On und 2 Off würde ich auch nicht empfehlen, da der Körper nie eine richtige Phase hat in der er sich erholt. Nach 2 Tagen Pause ist der Körper nach 5 Tagen vorangegangener Progi Einnahme nicht wieder bei 0 wenn man so möchte.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [kreHAARtiv](#) on Thu, 22 Feb 2018 09:13:53 GMT

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

Ja dachte ich mir irgendwie schon. Hatte nur in einem anderen Forum gelesen, dass jemand mit dem 5 on/2 off Schema scheinbar Erfolg hatte, auch was Neuwuchs angeht.

Ich hoffe mal das Progi als Fin-Ersatz bei mir anschlägt.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Fri, 16 Mar 2018 23:56:54 GMT

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

Habe mir jetzt auch mal dieses Progesteronöl bestellt und werde es demnächst meinem Topical in einer Konzentration von 6mg Progesteron pro ml hinzufügen. Das kommt dann direkt auf die Kopfhaut, nicht unter die Zunge oder so. Pro Tag so ca. 10mg.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [yoda](#) on Sat, 17 Mar 2018 09:49:29 GMT

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

Progesteron ist schon gut, aber sollte in Kombination gemacht werden, weil die Wirkung erst am Ende der HA Kette ansetzt.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Sat, 17 Mar 2018 10:09:47 GMT

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

es gibt aber in 40 jahre anwendung keine in vivo studie die mehr haare bestätigt

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [yoda](#) on Sat, 17 Mar 2018 10:14:23 GMT

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

vivo Studien sind ein Thema für sich, mittlerweile glaube ich nur noch was ich selber getestet habe!

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Sat, 17 Mar 2018 11:38:16 GMT

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

Zitat:Progesteron ist schon gut, aber sollte in Kombination gemacht werden, weil die wirkung erst am Ende der HA Kette ansetzt.

in welcher kombination und dosis würdest du es denn vorschlagen?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [yoda](#) on Sat, 17 Mar 2018 17:03:40 GMT

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

Bauo schrieb am Sat, 17 March 2018 12:38Zitat:Progesteron ist schon gut, aber sollte in Kombination gemacht werden, weil die wirkung erst am Ende der HA Kette ansetzt.

in welcher kombination und dosis würdest du es denn vorschlagen?

Kommt drauf an und ist bei jeden individuell, kann auch sein das du es gar nicht brauchst. Verabschiedet euch schon mal von den Gedanken das es ein Mittel für alle gibt. Auch sollte man HA ganzheitlich betrachten und bestimmte Anzeichen richtig interpretieren, genau da hapert es aber schon.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Sat, 17 Mar 2018 17:58:07 GMT

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

yoda schrieb am Sat, 17 March 2018 18:03 Bauo schrieb am Sat, 17 March 2018 12:38 Zitat: Progesteron ist schon gut, aber sollte in Kombination gemacht werden, weil die Wirkung erst am Ende der HA Kette ansetzt.

in welcher Kombination und Dosis würdest du es denn vorschlagen?

Kommt drauf an und ist bei jedem individuell, kann auch sein dass du es gar nicht brauchst. Verabschiedet euch schon mal von den Gedanken dass es ein Mittel für alle gibt. Auch sollte man HA ganzheitlich betrachten und bestimmte Anzeichen richtig interpretieren, genau da hapert es aber schon.

Grundsätzlich sehe ich das mit dem ganzheitlichen Ansatz genauso wie du, allerdings habe ich keine Ahnung wie ich diese bestimmten Anzeichen deuten soll. Woran denkst du dabei? Beispielsweise Belastung von einzelnen Organen, Unter-/Übersorgung von einzelnen Hormonen/Mineralstoffen etc.

In deiner Theorie sprichst du ja von 3 Faktoren als Ursache. Sprichst du bei diesen (drei) Faktoren jetzt von dir als Individuum oder verallgemeinerst du das? Denn wenn wir annehmen dass dein Faktor 1 die Grundlage für die Ursache bildet, scheint dieser ja doch weitverbreitet zu sein - entsprechend verallgemeinert

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [yoda](#) on Sat, 17 Mar 2018 18:29:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

zu früh um dir jetzt eine Antwort zu geben, kann ja auch sein dass ich völlig falsch liege. Menschen mit HA haben noch ein anderes Problem, so meine Erfahrung nach 20 Jahren sich damit zu beschäftigen.

Meist bleibt es beim Mann aber unentdeckt, nur bei der Frau nicht, weil es meist mit anderen Symptomen einher geht und die Ärzte es dann für therapiewürdig halten.

somit ist der Mann eigentlich gearscht...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [chrisan](#) on Sat, 17 Mar 2018 18:57:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Sun, 18 Mar 2018 13:54:52 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 17 March 2018 11:09

es gibt aber in 40 jahre anwendung keine in vivo studie die mehr haare bestätigt

Ist mir nicht so wichtig, habe es unter anderem auch wegen der Haut bestellt, wenn es nebenbei auch noch eine positive Wirkung auf die Haare hätte, wäre das natürlich umso besser.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Sun, 18 Mar 2018 14:04:48 GMT

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

yoda schrieb am Sat, 17 March 2018 10:49Progesteron ist schon gut, aber sollte in Kombination gemacht werden, weil die wirkung erst am Ende der HA Kette ansetzt.

Eine solche Aussage ist leider wenig hilfreich, solange Du nicht offenbarst, mit was man es Deiner Meinung nach kombinieren soll.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [andal](#) on Sun, 18 Mar 2018 14:12:57 GMT

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

romue77 schrieb am Sun, 18 March 2018 15:04yoda schrieb am Sat, 17 March 2018

10:49Progesteron ist schon gut, aber sollte in Kombination gemacht werden, weil die wirkung erst am Ende der HA Kette ansetzt.

Eine solche Aussage ist leider wenig hilfreich, solange Du nicht offenbarst, mit was man es Deiner Meinung nach kombinieren soll.

nee sorry, eiertanz

dann lieber klappe halten, nix spoilern und gut ist...

meine meinung, jetzt können alle von der hoffnung auf cure beseelten auf mich eindreschen, vielleicht kriegt ihr dann als erstes zugang zum haar paradies....

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Sun, 18 Mar 2018 16:28:46 GMT

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

yoda schrieb am Sat, 17 March 2018 19:29zu früh um dir jetzt eine Antwort zu geben, kann ja auch sein das ich völlig falsch liege. Menschen mit HA haben noch ein anderes Problem, so meine Erfahrung nach 20 Jahren sich damit zu beschäftigen.

Meist bleibt es beim Mann aber unentdeckt, nur bei der Frau nicht, weil es meist mit anderen Symptomen einher geht und die Ärzte es dann für therapiewürdig halten.

somit ist der Mann eigentlich gearscht...

Klingt für mich nach PCOS/insulinresistenz, oder etwas ähnlichem !?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Sun, 18 Mar 2018 17:30:14 GMT

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

Obes89 schrieb am Sun, 18 March 2018 17:28

Klingt für mich nach PCOS/insulinresistenz, oder etwas ähnlichem !?

Also wenn die Hauptursache für AGA Insulinresistenz wäre, dann wäre das mit ziemlicher Sicherheit schon lange bekannt.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Sun, 18 Mar 2018 19:34:20 GMT

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

romue77 schrieb am Sun, 18 March 2018 18:30Obes89 schrieb am Sun, 18 March 2018 17:28

Klingt für mich nach PCOS/insulinresistenz, oder etwas ähnlichem !?

Also wenn die Hauptursache für AGA Insulinresistenz wäre, dann wäre das mit ziemlicher Sicherheit schon lange bekannt.

die seichten off-topic kommentare sind schlecht

klar ist eine P4-Monotherapie nicht alles

ausserdem sollte man auf einen Stillstand hinarbeiten und nicht zu viel erhoffen ..

1 Jahr P4 müsste man schon durchziehen ... aber schon systemrelevant .. 20 mg auf die Stirn ist zwar schön und gut... aber hat, wenn überhaupt nur einen homöopathischen effekt...(war bei mir nicht anders im jahr 2016/2017) und der ist unbefriedigend

Im System >1 ng/ml freies P4 ... man kann davon ausgehen, dass vieles davon schon metabolisiert ist oder an den Rezeptoren angedockt hat... und von der Pharmakokinetik im E3/E4 und weiter endet (und nicht Adiol und weiter) wirkt.. es erhöht das ganze Angebot an Vorläufer..ähnlich wie bei Kinder

wer sein Fin noch verträgt.. kann es gerne reduziert beibehalten oder eine geringe Dosis mit dazu nehmen...

Minox nach ein paar Monate nahmen.. immer wieder kurweise... um Gefäße zu vergrößern und Wuchs anzuregen... ein paar Sheddingphasen im ersten Jahr sollte man getrost hinwegsehen..

zudem kann man (keine Empfehlung meinerseits..aber meine Erfahrung) - etwas E2 erhöhen .. freies E2 um die 30-40 pg/ml .. jedenfalls unter <50 pg/ml sollte es sein..

Testosteron erhöht sich mit der Einnahme von Progesteron (wenn es ausreichend Verfügbar ist).. normal verkräftet es der Körper... die Metabolisierung von T in DHT wird reduziert und einiges an T wird aromatisiert... selbst das hört sich mit der Zeit auf... 5ars und aromatase gehen idR lt. meiner Einschätzung nach und Bobachtungen runter

NW7 -> NW1 wird es sowieso nie geben

eine beginnende AGA oder eine schnelle aggressive in sehr jungen Jahren könnte reversibel sein... mit Ausnahme der verbreiterung der Stirn bzw leichte maskuline Ecken (um diese wegzubekommen bedarf es einer Testosteronsenkung...was die 100 Haare nicht wert sind)

P4 ist ein Teil der Lösung gegen AGA der meisten Männer

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [mike](#) on Sun, 18 Mar 2018 19:35:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

P4 ist ein Teil der Lösung gegen AGA der meisten Männer

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [TStark](#) on Mon, 19 Mar 2018 08:11:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sun, 18 March 2018 20:34

1 Jahr P4 müsste man schon durchziehen ... aber schon systemrelevant .. 20 mg auf die Stirn ist zwar schön und gut... aber hat, wenn überhaupt nur einen homöopathischen effekt...(war bei mir nicht anders im jahr 2016/2017) und der ist unbefriedigend

Im System >1 ng/ml freies P4 ... man kann davon ausgehen, dass vieles davon schon metabolisiert ist oder an den Rezeptoren angedockt hat... und von der Pharmakokinetik im E3/E4

und weiter endet (und nicht Adiol und weiter) wirkt.. es erhöht das ganze Angebot an Vorläufer..ähnlich wie bei Kinder

.....

zudem kann man (keine Empfehlung meinerseits..aber meine Erfahrung) - etwas E2 erhöhen .. freies E2 um die 30-40 pg/ml .. jedenfalls unter <50 pg/ml sollte es sein

Die tägliche Dosis für P4 sollte in welchen Bereich liegen deiner Meinung nach ? Ich habe auch einige paper gelesen, wonach das hormonelle Profil von Männern mit Aga jenem der Frauen im Wechsel ähnelt.

Mein e2 und T - welche Dosen haben sich wie bewährt?

Gern auch per PN

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Tue, 20 Mar 2018 18:44:27 GMT

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

So, mein zehnprozentiges Progesteronöl ist eingetroffen! Mal schauen, ob die Haut davon wirklich so geil wird ...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Fri, 23 Mar 2018 07:25:18 GMT

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

Interessant ... also ich habe nun seit drei Abenden Progesteron in meinem Topical, und ich muss sagen, dass ich lange nicht so erholsam geschlafen habe und so erholt aufgewacht bin wie in den vergangenen drei Nächten. Kann natürlich auch Zufall sein. Ich werde es mal weiter beobachten ...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [kreHAARTiv](#) on Tue, 27 Mar 2018 11:43:14 GMT

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

Gibt es irgendwelche Erfahrungswerte, wie lange das Progesteron bei der sublingualen Einnahme unter der Zunge bleiben sollte, bis es geschluckt wird ?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Tue, 27 Mar 2018 12:03:46 GMT

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

das ist doch kein stein..darauf hast du eh keinen einfluss

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [kreHAARtiv](#) on Tue, 27 Mar 2018 14:52:42 GMT

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

Aber es braucht doch seine Zeit bis der Großteil des Wirkstoffes von der Mundschleimhaut aufgenommen worden ist, was ja dann nicht der Fall wäre wenn man es zu früh schluckt. Im Netz findet man da leider nur wage angaben zwischen "ein paar Minuten" ... bis hin zu " 30 Minuten".

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Tue, 27 Mar 2018 14:54:52 GMT

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

um so länger, um so besser

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Tue, 27 Mar 2018 19:01:26 GMT

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

kreHAARtiv schrieb am Tue, 27 March 2018 13:43Gibt es irgendwelche Erfahrungswerte, wie lange das Progesteron bei der sublingualen Einnahme unter der Zunge bleiben sollte, bis es geschluckt wird ?

gar nicht, es löst sich auf

es wird absorbiert von der msh - das ist der sinn der sache

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Knorkell](#) on Thu, 29 Mar 2018 00:08:32 GMT

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

Also P4 topisch bzw. transdermal auf die Stirn können wir uns schenken? Wie sich die Zeiten ändern.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike](#) on Thu, 29 Mar 2018 05:26:37 GMT

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

Knorkell schrieb am Thu, 29 March 2018 02:08Also P4 topisch bzw. transdermal auf die Stirn können wir uns schenken? Wie sich die Zeiten ändern.

wenn es dir hillft - lass es dabei.

bei mir persönlich hat es wenig gebracht

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Thu, 29 Mar 2018 17:46:22 GMT

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

habe mir nun auch das 10%-ige progesteron öl bestellt, sollte die tage ankommen.
mal schauen wie ich 20, 25mg sublingual vertrage.
evtl. trage ich zusätzlich noch 5-10mg auf die stirn auf.
meint ihr die dosierung ist in ordnung oder zu gering?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Wed, 18 Apr 2018 18:10:21 GMT

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

Also Leute mal wieder ein kleines Update. Ich habe Progi noch einige Zeit benutzt. Allerdings 15-20 mg täglich. 2 On 1 Woche Off. Die 30 mg waren bei mir schon der Overkill. Muss Estro schon ordentlich gedrückt haben. Ich bin gut entwässert und habe etwas angefangen die Gelenke zu spüren. 15-20 mg haben auch ordentlich gewirkt und meine Haut am Rücken wurde deutlich besser, aber nicht so stark wie bei 30 mg. (Dadurch wurde meine Haut nahezu perfekt) Allerdings ist es auch so das nach ca. 1 1/2 wenn die Haut anfängt deutlich besser zu werden, die Haut um die Augen sehr trocken und eingefallen aussieht. Daran merke ich wieder wie sehr ich DHT Brauche um ordentlich auszusehen. Nach ca. 1-2 Wochen werden die Augen wieder deutlich besser. Auch ist das Sexualempfinden und die Orgasmusqualität nach einiger Zeit unter Progi deutlich schlechter. Wenn ich Progi dann rausnehme, gibt es manchmal auch nen Pickelschub. Das war nach den 30 mg Recht krass, als würde man kurz ein paar Tage noch mal in die Pubertät kommen. Achsp außerdem kam es in der Pause von den 30 mg, zu

schmerzen im Prostatabereich. Also so als würden die Hormone die Prostata in der Pause wieder befeuern, wodurch sie natürlich wieder etwas an Größe gewinnt. Das war jetzt bei 15-20 mg nicht der Fall.

Vlt. teste ich bei Gelegenheit noch mal 5 mg um ganz leicht estro zu regulieren und mehr auch nicht. Aber DHT muss bei mir einfach unangetastet bleiben.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike](#) on Wed, 18 Apr 2018 20:52:45 GMT

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

Danke für das ausführliche und sachliche Feedback

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Wed, 25 Apr 2018 07:22:14 GMT

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

denkt ihr dass ein zusammenhang zwischen der einnahme von progesteron und muskelabbau bestehen kann?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Wiener1983](#) on Sun, 13 May 2018 08:09:39 GMT

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

Hätte gerne gewusst, ob ihr alle einen Progesteron Mangel laut Blutbild habt oder nur probeweise Progest/ Gel/ Salbe/ Tab. einnehmt

Habe bereits vor kurzem über meinen Haarausfall in einem eigenen Thema berichtet wo ich leider keine Antworten erhielt.

Hab mir jetzt ein Blutbild anfertigen lassen auf Verdacht! (weil sagt einem ja weder Haut noch Praktischer Arzt, dass Hormonstatus eventuell nicht schlecht wäre zu kontrollieren)

Mein Progesteronspiegel ist unter den Normwerten. Testo über der Norm.

Fühle mich eben auch wie in einer schweren Depri- phase. Kein Antrieb, Sinnlosigkeit etc. etc.

Kann es sein, dass mir ein natürlich hergestellter Prog- Spiegel helfen könnte. Hat jemand Erfahrung mit nachgewiesenem

Mangel und Einnahme einer Creme bezugnehmend auf den Haarausfall

Bei mir ging das alles iwie viel zu schnell. Wie gesagt, bin jetzt 35 und alles begann so vor ca. 1 !/2 Jahren während einer großen Stressphase
 Falls es jemanden interessiert hier nochmal mein Beitrag mit Bildern.
w_w.alopezie.de/fud/index.php/t/32402/

Aktueller Status: Das Loch in der Front dünnt wieder aus. Neue Haare scheinbar wieder in der Übergangsphase... Hinterkopf ebenso... Kopfhaut stark fettend.

Ps: Habe fast den ganzen Beitrag gelesen und alles was man so über Progesteron an sich finden kann beziehend auf den Mann. Warum schickt man uns eigentlich immer sofort zu einem Psychiater wenn wir über Stimmungsschwankungen klagen. Warum schickt einem keiner mal einen Hormonstatus machen lassen, wenn wir doch über unsere Hormone bestimmt werden. Diese Kassenärzte kotzen mich alle an

File Attachments

1) [Testo.jpg](#), downloaded 2004 times

| | Ergebnis | Einheit | Referenzbereich | G: |
|---------------|------------------|---------|-----------------|--------|
| (Fortsetzung) | | | | |
| Testosteron | 29.9 | nmol/l | 8.4 - 28.7 | () -> |
| | Doppelbestimmung | | | |

Referenzbereich für Knaben vor der Pubertät: 0.5 - 4.2 nmol/l
 Umrechnungsfaktor: nmol/l x 0.288 = ng/ml

| | | | | |
|-------------------------------|------|--------|----------------------------------|-------|
| SHBG Sexual-Hormon bind.Glob. | 51 | nmol/l | 10 - 57 | (*) |
| Cortisol | 18 | µg/dl | 5 - 25 | (*) |
| | | | bei Blutentnahme 7.00 - 9.00 Uhr | |
| DHEAS Dehydroepiandrosteron-S | 212 | µg/dl | 120 - 520 | (*) |
| Androstendion | 2.11 | ng/ml | 0.60 - 3.10 | (*) |

2) [Progesteron.jpg](#), downloaded 2043 times

Entzündung, Rheumaserologie

| | | | | |
|-------------------------|-----|------|-----------|-------|
| CRP C-reaktives Protein | 0.4 | mg/l | 0.0 - 5.0 | (*) |
|-------------------------|-----|------|-----------|-------|

Schilddrüsenuntersuchungen

| | | | | |
|-----------------------------|------|--------|-------------|-------|
| TSH Thyreoidea stim. Hormon | 2.68 | µIU/ml | 0.35 - 4.50 | (*) |
|-----------------------------|------|--------|-------------|-------|

Hormonbestimmungen

| | | | | |
|----------------------------|------|--------|-------------|-------|
| LH Luteinisierendes Hormon | 3.1 | mIE/ml | 0.8 - 8.0 | (*) |
| FSH Follikelstim. Hormon | 1.9 | mIE/ml | 0.7 - 11.0 | (*) |
| E2 Östradiol | 42 | pg/ml | 0 - 56 | (*) |
| Progesteron | 0.25 | ng/ml | 0.27 - 0.90 | <-() |
| Prolactin | 13.5 | ng/ml | 2.5 - 17.0 | (*) |

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [mike](#) on Sun, 13 May 2018 09:25:18 GMT

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

42 pg/ml E2 und 250 pg/ml P4 ist ein ungünstiges Verhältnis
1:10 bis 1:20 wäre ideal

wobei ich darf das nicht pauschalisieren..stimmt schon...

E2 kann auch hoch sein, wenn es kaum in die Zellen gelangt...
Dein E2-Wert ist schön

P4 ist zu wenig

1-1,5 ng/ml wären sicher besser für Dich

Stress lässt bei gutem E2/P4 Verhältnis bzw bei ausreichende Menge im System sowieso nach... der entsteht erst gar nicht mehr. - Das ist der positive Nebeneffekt.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [Wiener1983](#) on Sun, 13 May 2018 14:42:46 GMT

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

Danke dir mikel!

Genau das hab ich mir auch so gedacht und im Netz gefunden. Ich mache mir morgen einen Termin beim Endokrinologen aus und hoffe, dass der schon etwas fortschrittlicher ist und versteht worauf ich hinaus möchte, mich nicht gleich abtut und so wie manche Ärzte aus Foren behaupten, dass wir Männer weder Progesteron produzieren noch bräuchten.

Falls der aber sagt, ist ja nur knapp unter der "NORM" (und darauf gebe ich gar nichts, denn Optimal -werte eines 20-30 jährigen sehen anders aus und solche sollten nun mal herangezogen werden) werde ich mir die Biovea T4 bestellen und es selbst versuchen. Nach 3 Monaten dann erneut meine Werte checken (falls die Kasse es bewilligt) .

Ich weiß, dass klingt blöd aber ich bin der festen Überzeugung, dass sich ein richtiges Verhältnis der Werte wie du sie beschrieben hast, fix auf meinen Haarausfall und nat. Gemütszustand auswirken.

Klingt noch blöder aber mir ist in der letzten Zeit verstärkt aufgefallen, dass Männer die etwas femininer wirken, sprich leicht weibliche Gesichtszüge, längere Wimpern usw. aufweisen, auch schönes kräftiges Haar haben und obendrein bei den Frauen sehr gut ankommen. Die Strotzen dann auch alle nur so vor Selbstbewusstsein.

Soll jetzt nicht heißen, ich würde gerne zu einer conchita wurst mutieren aber mich können die Damen momentan gar nicht ab. Heißt immer nur lächle doch ein wenig und renn nicht immer so aggressiv herum... is ja zum fürchten oder willst du uns alle auffressen. Ja leichter gesagt als getan. Ich mach das echt nicht mit Absicht. Fühl mich eben nur nicht wohl und spüre eben schon lange, dass bei mir was nicht stimmt. Und dann könnte ich wieder den ganzen Tag nur heulen und im Bett liegen. Schlafen kann ich seit Jahren nicht wirklich. Penn immer nur so paar Stunden wenn die Möglichkeit besteht und Nachts bin ich hellwach.

Sorry für meine Ausschweife

Ps: Mein Muskelaufbau ist zB. sehr gut (sollte ich mal wieder trainieren) und Körperfettanteil ist immer extrem gering.

Zu letzt noch, ich habe die letzten 2 Jahre auch wirklich viel und regelm. Alk konsumiert. (8-10 Bier tägl) Wahrscheinlich habe ich mir da auch einiges an Werten selbst zu verschulden

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [mike](#). on Sun, 13 May 2018 21:44:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wiener1983 schrieb am Sun, 13 May 2018 16:42längere Wimpern usw. aufweisen, auch schönes kräftiges Haar haben Die Strotzen dann auch alle nur so vor Selbstbewusstsein.

hohes Testosteron ist da wichtig
gesundes E2..in etwa Dein wert und hohes P4

da hat man Selbstbewusstsein, ist scharfsinnig und redegewandt .. ohne überheblich oder pauschalierend zu sein..oder mitleiderregend...
mit frauen kannst du dich dann besser verbinden/kommunizieren..wenn die gefühlsebene mit der sachlichen mitläuft

wenn du dann noch gut maskulin und leicht durchtrainiert bist..und aussiehst wie ein mann bist interessant..

anders bist du vllt nur au der gleichen Wellenlänge aber 0 erotisch...je femininer (echte weibl. ausprägungen (weibl. Fettverteilung, Brüste, bedingt lange Haare, heller Hauttyp, wenig viril)), desto unerotischer wird mann..ist aber nebensächlich, solange man mit sich selber im reinen ist..das überstrahlt den rest..

feminine männer gibt es nicht... das ist nur ein mann, der gesund aussieht (wo alles stimmt) und nicht "austrocknet"..etwas subkutanes fettgewebe erhalten hat - so würde ich das beschreiben

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Mon, 14 May 2018 17:28:31 GMT

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

mike. schrieb am Tue, 27 March 2018 21:01kreHAARtiv schrieb am Tue, 27 March 2018 13:43Gibt es irgendwelche Erfahrungswerte, wie lange das Progesteron bei der sublingualen Einnahme unter der Zunge bleiben sollte, bis es geschluckt wird ?

gar nicht, es löst sich auf

es wird absorbiert von der msh - das ist der sinn der sache

Mike du meintest doch auch mal etwas bezüglich e2 und Abenteuerlust. Ich habe vor einiger Zeit DHEA getestet und nahm Transdermal Ed ca. 10 mg, manchmal auch 15. Es hat bei mir teils ziemlich krass gewirkt, mich leicht hyperaktiv und geladen gemacht, aber im Grunde sehr positiv. Wirkte antriebssteigernd, hat mich definitiv in eine Art Abenteuermodus kommen lassen, und ich bin mit einem riesen EGO und extrem gut gelaunt durch die Gegend gelaufen. Ich habe da auch so keine Defizite, aber die Wirkung war trotzdem sehr stark und körperlich und geistig gut zu spüren. Allerdings wurden meine Brustwarzen sensibel und puffy nach einiger Zeit, Libido zu dem Zeitpunkt dann auch tatsächlich sehr hoch. Auf mich wirkte es definitiv so, als wenn E2 gestiegen wären, aber auch durchaus Testo. Libido, sehr gut, war im Grunde vorher aber auch nicht anders. Die Orgasmusqualität allerdings extrem Krank (so intensiv das man denkt man explodiert) im Grunde so wie ich es früher immer Hatte, nur in den letzten Jahren insgesamt

nicht mehr so krass, gefühlt seit dem Dut mir damals die E2 Dominanz eingebrockt hat. Ich nehme es jetzt allerdings nicht mehr, da ich nicht regelmäßig Ein Hormon oder Prohormon zuführen möchte. Es wurde am Ende auch zu E2 lastig..... Derzeit nehme ich 50-70 mg Zink täglich. Wirkung bis jetzt, Hoden sind eindeutig voluminöser geworden (wurde mir auch von meiner Freundin bestätigt) Spermavolumen zugenommen, Orgasmusqualität sehr gut.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike](#). on Mon, 14 May 2018 19:50:16 GMT

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

Obes89 schrieb am Mon, 14 May 2018 19:28mike. schrieb am Tue, 27 March 2018 21:01kreHAARtiv schrieb am Tue, 27 March 2018 13:43Gibt es irgendwelche Erfahrungswerte, wie lange das Progesteron bei der sublingualen Einnahme unter der Zunge bleiben sollte, bis es geschluckt wird ?

gar nicht, es löst sich auf

es wird absorbiert von der msh - das ist der sinn der sache

Mike du meintest doch auch mal etwas bezüglich e2 und Abenteuerlust. Ich habe vor einiger Zeit DHEA getestet und nahm Transdermal Ed ca. 10 mg, manchmal auch 15. Es hat bei mir teils ziemlich krass gewirkt, mich leicht hyperaktiv und geladen gemacht, aber im Grunde sehr positiv. Wirkte antriebssteigernd, hat mich definitiv in eine Art Abenteuermodus kommen lassen, und ich bin mit einem riesen EGO und extrem gut gelaunt durch die Gegend gelaufen. Ich habe da auch so keine Defizite, aber die Wirkung war trotzdem sehr stark und körperlich und geistig gut zu spüren. Allerdings wurden meine Brustwarzen sensibel und puffy nach einiger Zeit, Libido zu dem Zeitpunkt dann auch tatsächlich sehr hoch. Auf mich wirkte es definitiv so, als wenn E2 gestiegen wären, aber auch durchaus Testo. Libido, sehr gut, war im Grunde vorher aber auch nicht anders. Die Orgasmusqualität allerdings extrem Krank (so intensiv das man denkt man explodiert) im Grunde so wie ich es früher immer hatte, nur in den letzten Jahren insgesamt nicht mehr so krass, gefühlt seit dem Dut mir damals die E2 Dominanz eingebrockt hat. Ich nehme es jetzt allerdings nicht mehr, da ich nicht regelmäßig Ein Hormon oder Prohormon zuführen möchte. Es wurde am Ende auch zu E2 lastig..... Derzeit nehme ich 50-70 mg Zink täglich. Wirkung bis jetzt, Hoden sind eindeutig voluminöser geworden (wurde mir auch von meiner Freundin bestätigt) Spermavolumen zugenommen, Orgasmusqualität sehr gut.

Danke für das ehrliche Feedback

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Hairy Porter](#) on Tue, 15 May 2018 00:56:27 GMT

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

Kommentiere mal um Statusupdates per Mail mitzukriegen. Bin gespannt, viel Erfolg!

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Sun, 20 May 2018 12:16:11 GMT

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

hier gibt es ja den einen oder anderen der mittlerweile progesteron (öl) nimmt
ich wollte diejenigen fragen wie es bei ihnen bezüglich shedding und der lage an sich aussieht?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Mon, 04 Jun 2018 00:04:28 GMT

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

Bauo schrieb am Sun, 20 May 2018 14:16 hier gibt es ja den einen oder anderen der mittlerweile progesteron (öl) nimmt
ich wollte diejenigen fragen wie es bei ihnen bezüglich shedding und der lage an sich aussieht?
Habe das Progesteronöl seit Mitte März in meinem Topical, und mein Haarstatus ist inzwischen so gut wie lange nicht.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [TStark](#) on Mon, 04 Jun 2018 07:33:31 GMT

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

Wie sieht dein Topical denn aus mit dem Öl (Zusammensetzung/Mischungsverhältnis) ?
Danke :)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [TStark](#) on Mon, 04 Jun 2018 07:36:03 GMT

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

Obes89 schrieb am Mon, 14 May 2018 19:28 mike. schrieb am Tue, 27 March 2018 21:01 kreHAARTiv schrieb am Tue, 27 March 2018 13:43 Gibt es irgendwelche Erfahrungswerte, wie lange das Progesteron bei der sublingualen Einnahme unter der Zunge bleiben sollte, bis es geschluckt wird ?

gar nicht, es löst sich auf

es wird absorbiert von der msh - das ist der sinn der sache

Mike du meintest doch auch mal etwas bezüglich e2 und Abenteuerlust. Ich habe vor einiger Zeit DHEA getestet und nahm Transdermal Ed ca. 10 mg, manchmal auch 15. Es hat bei mir teils ziemlich krass gewirkt, mich leicht hyperaktiv und geladen gemacht, aber im Grunde sehr positiv. Wirkte antriebssteigernd, hat mich definitiv in eine Art Abenteuermodus kommen lassen, und ich bin mit einem riesen EGO und extrem gut gelaunt durch die Gegend gelaufen. Ich habe da auch so keine Defizite, aber die Wirkung war trotzdem sehr stark und körperlich und geistig gut zu spüren. Allerdings wurden meine Brustwarzen sensibel und puffy nach einiger Zeit, Libido zu dem Zeitpunkt dann auch tatsächlich sehr hoch. Auf mich wirkte es definitiv so, als wenn E2 gestiegen wären, aber auch durchaus Testo. Libido, sehr gut, war im Grunde vorher aber auch nicht anders. Die Orgasmusqualität allerdings extrem Krank (so intensiv das man denkt man explodiert) im Grunde so wie ich es früher immer hatte, nur in den letzten Jahren insgesamt nicht mehr so krass, gefühlt seit dem Dut mir damals die E2 Dominanz eingebrockt hat. Ich nehme es jetzt allerdings nicht mehr, da ich nicht regelmäßig ein Hormon oder Prohormon zuführen möchte. Es wurde am Ende auch zu E2 lastig..... Derzeit nehme ich 50-70 mg Zink täglich. Wirkung bis jetzt, Hoden sind eindeutig voluminöser geworden (wurde mir auch von meiner Freundin bestätigt) Spermavolumen zugenommen, Orgasmusqualität sehr gut.

Wie hat es sich auf die Haare ausgewirkt in der Zeit ?
DHEA ist ja ein Vorläufer von einigen Androgenen und Estrogenen ...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Mon, 04 Jun 2018 16:04:26 GMT

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

TStark schrieb am Mon, 04 June 2018 09:36
Obes89 schrieb am Mon, 14 May 2018 19:28
mike schrieb am Tue, 27 March 2018 21:01
kreHAARTiv schrieb am Tue, 27 March 2018 13:43
Gibt es irgendwelche Erfahrungswerte, wie lange das Progesteron bei der sublingualen Einnahme unter der Zunge bleiben sollte, bis es geschluckt wird ?

gar nicht, es löst sich auf

es wird absorbiert von der msh - das ist der sinn der sache

Mike du meintest doch auch mal etwas bezüglich e2 und Abenteuerlust. Ich habe vor einiger Zeit DHEA getestet und nahm Transdermal Ed ca. 10 mg, manchmal auch 15. Es hat bei mir teils ziemlich krass gewirkt, mich leicht hyperaktiv und geladen gemacht, aber im Grunde sehr positiv. Wirkte antriebssteigernd, hat mich definitiv in eine Art Abenteuermodus kommen lassen, und ich bin mit einem riesen EGO und extrem gut gelaunt durch die Gegend gelaufen. Ich habe da auch so keine Defizite, aber die Wirkung war trotzdem sehr stark und körperlich und geistig gut zu spüren. Allerdings wurden meine Brustwarzen sensibel und puffy nach einiger Zeit, Libido zu dem Zeitpunkt dann auch tatsächlich sehr hoch. Auf mich wirkte es definitiv so, als wenn E2 gestiegen wären, aber auch durchaus Testo. Libido, sehr gut, war im Grunde vorher aber auch nicht anders. Die Orgasmusqualität allerdings extrem Krank (so intensiv das man denkt man

explodiert) im Grunde so wie ich es früher immer hatte, nur in den letzten Jahren insgesamt nicht mehr so krass, gefühlt seit dem Dut mir damals die E2 Dominanz eingebrockt hat. Ich nehme es jetzt allerdings nicht mehr, da ich nicht regelmäßig ein Hormon oder Prohormon zuführen möchte. Es wurde am Ende auch zu E2 lastig..... Derzeit nehme ich 50-70 mg Zink täglich. Wirkung bis jetzt, Hoden sind eindeutig voluminöser geworden (wurde mir auch von meiner Freundin bestätigt) Spermavolumen zugenommen, Orgasmusqualität sehr gut.

Wie hat es sich auf die Haare ausgewirkt in der Zeit ?

DHEA ist ja ein Vorläufer von einigen Androgenen und Estrogenen ...

Also die Haare sind mir im März weggerieselert. Der ganze schöne Nachwuchs viel innerhalb von ein paar Wochen aus. So das ich dann wieder auf 4-5mm abrasiert habe. Das ganze lag vlt. mit am DHEA allerdings war mein RU auch alle und ich wollte gucken ob es ohne RU geht mit mehr Minox und Ket als früher, aber nein, ich brauche RU unbedingt um die Haare zu halten, sonst spackt meine Kopfhaut völlig rum und die Haare fallen aus. Also ich glaube wenn ich RU weiter genutzt hätte, dann wären die Haare trotz DHEA nicht ausgefallen. (Das RU nutzte ich schon ein paar Wochen vor dem DHEA Beginn nicht mehr) Jetzt nutze ich wieder RU allerdings nur 30 mg, dazu 1,2 ml Minox (5%) und alle paar Tage Diclo Creme in die Haare schmieren. Geht wieder ordentlich voran und wächst nach, Kopfhaut wieder völlig ok. DHEA nehme ich derzeit in einer nur sehr geringen Dosierung (3-5) da ich Androgene ruhig fördern möchte, aber Östrogene nicht.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Mon, 04 Jun 2018 18:10:40 GMT

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

TStark schrieb am Mon, 04 June 2018 09:33Wie sieht dein Topical denn aus mit dem Öl (Zusammensetzung/Mischungsverhältnis) ?

Danke :)

Ich mische zunächst 15 ml Ket-Creme mit 3 ml zehnpromzentigem Progesteron-Öl und 3 ml Isopropanol (das Isopropanol ist wichtig für die Konsistenz, und damit sich am Ende alles gut vermischt und nicht wieder trennt).

Dann mische ich 30 ml Minox mit 0,3 g PO in einem separaten Gefäß.

Am Ende mische ich alles zusammen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Mon, 04 Jun 2018 20:29:11 GMT

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

TStark schrieb am Mon, 04 June 2018 09:36

Wie hat es sich auf die Haare ausgewirkt in der Zeit ?

DHEA ist ja ein Vorläufer von einigen Androgenen und Estrogenen ...

...macht nichts ;)

je mehr die vorläufer/prohormone im einklang sind, desto weniger upregulation.. das ist der sinn

dahinter

hohes Testosteron und eine gesunde Portion DHT fördern ja den Haarwuchs am Körper+Kopf

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [TStark](#) on Tue, 05 Jun 2018 04:00:35 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 04 June 2018 22:29TStark schrieb am Mon, 04 June 2018 09:36

Wie hat es sich auf die Haare ausgewirkt in der Zeit ?

DHEA ist ja ein Vorläufer von einigen Androgenen und Estrogenen ...

...macht nichts ;)

je mehr die Vorläufer/prohormone im Einklang sind, desto weniger Upregulation.. das ist der Sinn dahinter

hohes Testosteron und eine gesunde Portion DHT fördern ja den Haarwuchs am Körper+Kopf

Aber ernsthaft, DHEA soll hoch sein, am besten mit Progesteron?

Wie wirkt sich da eine Supplementierung auf die Nebenniere aus?

Und was sollte man beachten, wenn man gleichzeitig (mit bescheidenem Erfolg) Fin nimmt ?

Und wie verhindert man so eine Upregulation? Es geht ja eigentlich um die Empfindlichkeit in der Haut..

Ich hatte eine Zeitlang 7-keto DHEA Transdermal genommen, leider finde ich keines mehr und werde auf die orale Schiene umsteigen.

Bilde mir aber ein, dass die transdermale Schiene sehr gut tat.

Für Auswirkung auf die Haare war's aber zu kurz.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [clark](#) on Fri, 29 Jun 2018 20:01:49 GMT

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

romue77 schrieb am Mon, 04 June 2018 02:04Bauo schrieb am Sun, 20 May 2018 14:16hier gibt

es ja den einen oder anderen der mittlerweile Progesteron (öl) nimmt

ich wollte diejenigen fragen wie es bei ihnen bezüglich Shedding und der Lage an sich aussieht?

Habe das Progesteronöl seit Mitte März in meinem Topical, und mein Haarstatus ist

inzwischen so gut wie lange nicht.

Könnte man das Öl auch alleine auftragen? Ich hoffe, keine blöde Frage.

Ich benutze seit ca. 3 Monaten "Women in Balance" "Magic Yams"..eigentlich, um ein wenig ausgeglichener zu sein. Habe seit einigen Monaten sehr viel beruflich zu tun und der Stress hat sich meiner Meinung nach massiv auf meinen Haarausfall ausgewirkt. Es sind mir so viele Haare ausgefallen, wie nie zuvor. Oder könnte es auch an der Creme liegen?

Es soll doch DHT reduzieren und sich ja positiv auf die Haare auswirken. Man ist manchmal frustriert, wenn man nicht genau weiss, warum "was " passiert.

Aber an der Creme kann es doch nicht liegen oder?

Ich weiss nicht mal, wieviel Prog in der Creme ist..es soll aber eher niedrig sein, das es leicht zu bekommen ist..

Freue mich über Rückmeldungen

Was sich auf jeden Fall verbessert hat, ist der Schlaf. Ich trage die Creme kurz vorm Schlafen auf. ich meine auch auf die Libido..aber der Stress macht alles wieder zunichte..so mein Gefühl

Off Topik: Stress ist wohl der Grund für 90 % der Krankheiten..ist aber für Euch ja nichts neues..

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Fri, 29 Jun 2018 20:36:44 GMT

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

yams ist placebo
rausgeschmissenes geld
was wirklich wirkt, bekommt man nur in der apo auf rezept..
oder apo prod im netz

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [clark](#) on Fri, 29 Jun 2018 20:46:52 GMT

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

[pilos](#) schrieb am Fri, 29 June 2018 22:36

yams ist placebo
rausgeschmissenes geld
was wirklich wirkt, bekommt man nur in der apo auf rezept..
oder apo prod im netz

vielen Dank für Deine schnelle Antwort.

Wenn doch nur Placebo ausreichen würde, damit die Haare wieder wachsen.... ;)

Progesteron von Biovera gut genug? ich habe ja kein rezept..

Will Dich aber nicht mit langweiligen Fragen nerven..

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 29 Jun 2018 20:47:18 GMT

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

Inositol soll Progesteron um 129% erhöhen.

Gleichzeitig soll es Prolaktin senken.

Ist doch genau das, was wir wollen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [clark](#) on Fri, 29 Jun 2018 20:55:47 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 29 June 2018 22:47Inositol soll Progesteron um 129% erhöhen.

Gleichzeitig soll es Prolaktin senken.

Ist doch genau das, was wir wollen.

sowas:?

<https://www.foodspring.de/cholin-inositol>

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 29 Jun 2018 21:14:37 GMT

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

clark schrieb am Fri, 29 June 2018 22:55Bis-2018-Norwood-null schrieb am Fri, 29 June 2018 22:47Inositol soll Progesteron um 129% erhöhen.

Gleichzeitig soll es Prolaktin senken.

Ist doch genau das, was wir wollen.

sowas:?

<https://www.foodspring.de/cholin-inositol>

Viel zu teuer. Das ist das günstigste:

<http://www.blackburndistributions.com/de/myo-inositol-powder.html>

Neueste Studien haben gezeigt, dass AGA das gleich ist wie PCOS bei Frauen.

Hauptsächlich zu viel DHT und Prolaktin

zu wenig Progesteron und SHBG:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27304785>

Und PCOS wird mit Inositol behandelt, welches übrigens das Vitamin B8 ist, also ein essentieller Nährstoff.

Mich wundert es daher, warum AGA dann nicht auch mit Inositol behandelt wird.

So wie ich das sehe ist die Ursache der AGA eindeutig ein Mangel an Inositol + essentielle Fettsäuren.

Dadurch verändert sich der Hormonhaushalt und die fehlenden Fettsäuren verursachen dann auch noch eine Überempfindlichkeit der Gewebe auf Hormone.

Prostaglandin E1 soll Prolaktin hemmen:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/6350579>

Darin heisst es, Zitat:

"Es gibt Hinweise darauf, dass Prostaglandin E1, abgeleitet von diätetischen essentiellen Fettsäuren, in der Lage ist, die biologischen Wirkungen von Prolaktin abzuschwächen, und dass in Abwesenheit von Prostaglandin E1 Prolaktin übertriebene Effekte hat."

Prostaglandin E1 wird durch Borretschöl + Fischöl gebildet.

Arachidonsäure als möglicher Modulator von Östrogen-, Progesterin-, Androgen- und Glukokortikoidrezeptoren im zentralen und peripheren Gewebe:

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/2516582>

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Sat, 30 Jun 2018 08:30:15 GMT

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

inositol billiger als deutschland gibt es nicht

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

eien wirkung bei männer ist äusserst zweifelhaft

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Sat, 30 Jun 2018 08:32:09 GMT

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

clark schrieb am Fri, 29 June 2018 23:46

Progesteron von Biovera gut genug?
nein

es gibt ein öl

<https://www.onasnatural.de/products/progesteron-oil-10-eye-dropper-56ml>

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 30 Jun 2018 17:00:00 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 30 June 2018 10:30

inositol billiger als deutschland gibt es nicht

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

eien wirkung bei männer ist äusserst zweifelhaft

Natürlich gibts das billiger. 100 Euro pro kg ist doch Wucher. das gibts in Internet-Shops schon für 30 euro pro kg.

Und dass es nur bei Frauen wirken soll ist natürlich auch Blödsinn.

Selbstverständlich wirkt es auch bei Männern.

Es gab ja auch einige die es probiert haben. Und siehe da: Bart weg, Akne weg..

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Sat, 30 Jun 2018 17:39:11 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sat, 30 June 2018 19:00pilos schrieb am Sat, 30 June 2018 10:30

inositol billiger als deutschland gibt es nicht

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

eien wirkung bei männer ist äusserst zweifelhaft

Natürlich gibts das billiger. 100 Euro pro kg ist doch Wucher. das gibts in Internet-Shops schon für 30 euro pro kg.

Und dass es nur bei Frauen wirken soll ist natürlich auch Blödsinn.

Selbstverständlich wirkt es auch bei Männern.

Es gab ja auch einige die es probiert haben. Und siehe da: Bart weg, Akne weg..

Bart Weg wird sehr wahrscheinlich bedeuten = sämtliche männliche Merkmale werden leiden.

Klingt nicht sehr verlockend für Männer, die auch wirklich Mann bleiben möchten. Wenn man das Bartwachstum krass verringert dann wird natürlich Test wie auch DHT gut in den Keller gegangen sein. Für niemanden erstrebenswert, außer man möchte gezielt verweiblichen und keine Libido mehr besitzen etc.

Wenn man das Hormongefüge außerdem nicht ordentlich stabilisiert dann kann auch die Psyche ziemlich in den Keller gehen. Aber ganz vorstellen kann ich mir eine solch starke Wirkung nur durch Inositol nicht, aber wer weiß.

Akne weg funktionierte bei mir übrigens Top mit 30 mg Progi täglich (ist für mich aber viel zu viel und senkt mir DHT und Östrogen ein wenig zu sehr)

Jetzt fange ich an 5mg Progi täglich zu nehmen und dazu 2-3 mg DHEA (vlt. auch nach einiger Zeit 5mg). 14 Tage On und dann 7 Tage Off.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [clark](#) on Sat, 30 Jun 2018 17:46:29 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 30 June 2018 10:32clark schrieb am Fri, 29 June 2018 23:46

Progesteron von Biovera gut genug?

nein

es gibt ein öl

<https://www.onasnatural.de/products/progesteron-oil-10-eye-dropper-56ml>

vielen Dank Pilos.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [clark](#) on Sat, 30 Jun 2018 17:49:10 GMT

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

Obes89 schrieb am Sat, 30 June 2018 19:39Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sat, 30 June 2018 19:00pilos schrieb am Sat, 30 June 2018 10:30

inositol billiger als deutschland gibt es nicht

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

eien wirkung bei männer ist äusserst zweifelhaft

Natürlich gibts das billiger. 100 Euro pro kg ist doch Wucher. das gibts in Internet-Shops schon für 30 euro pro kg.

Und dass es nur bei Frauen wirken soll ist natürlich auch Blödsinn.

Selbstverständlich wirkt es auch bei Männern.

Es gab ja auch einige die es probiert haben. Und siehe da: Bart weg, Akne weg..

Bart Weg wird sehr wahrscheinlich bedeuten = sämtliche männliche Merkmale werden leiden.

Klingt nicht sehr verlockend für Männer, die auch wirklich Mann bleiben möchten. Wenn man das Bartwachstum krass verringert dann wird natürlich Test wie auch DHT gut in den Keller gegangen sein. Für niemanden erstrebenswert, außer man möchte gezielt verweiblichen und keine Libido mehr besitzen etc.

Wenn man das Hormongefüge außerdem nicht ordentlich stabilisiert dann kann auch die Psyche ziemlich in den Keller gehen. Aber ganz vorstellen kann ich mir eine solch starke Wirkung nur durch Inositol nicht, aber wer weiß.

Akne weg funktionierte bei mir übrigens Top mit 30 mg Progi täglich (ist für mich aber viel zu viel und senkt mir DHT und Östrogen ein wenig zu sehr)

Jetzt fange ich an 5mg Progi täglich zu nehmen und dazu 2-3 mg DHEA (vlt. auch nach einiger Zeit 5mg). 14 Tage On und dann 7 Tage Off.

Welches Prog verwendest DU ? Ich habe hier so viel gelesen und so oft, dass ich den Durchblick nicht mehr habe..

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Sat, 30 Jun 2018 18:30:09 GMT

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

clark schrieb am Sat, 30 June 2018 19:49
Obes89 schrieb am Sat, 30 June 2018 19:39
Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sat, 30 June 2018 19:00
pilos schrieb am Sat, 30 June 2018 10:30

inositol billiger als deutschland gibt es nicht

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

eine Wirkung bei Männern ist äusserst zweifelhaft

Natürlich gibts das billiger. 100 Euro pro kg ist doch Wucher. das gibts in Internet-Shops schon für 30 Euro pro kg.

Und dass es nur bei Frauen wirken soll ist natürlich auch Blödsinn.

Selbstverständlich wirkt es auch bei Männern.

Es gab ja auch einige die es probiert haben. Und siehe da: Bart weg, Akne weg..

Bart Weg wird sehr wahrscheinlich bedeuten = sämtliche männliche Merkmale werden leiden.

Klingt nicht sehr verlockend für Männer, die auch wirklich Mann bleiben möchten. Wenn man das Bartwachstum krass verringert dann wird natürlich Test wie auch DHT gut in den Keller gegangen sein. Für niemanden erstrebenswert, außer man möchte gezielt verweiblichen und keine Libido mehr besitzen etc.

Wenn man das Hormongefüge außerdem nicht ordentlich stabilisiert dann kann auch die Psyche ziemlich in den Keller gehen. Aber ganz vorstellen kann ich mir eine solch starke Wirkung nur durch Inositol nicht, aber wer weiß.

Akne weg funktionierte bei mir übrigens Top mit 30 mg Progi täglich (ist für mich aber viel zu viel und senkt mir DHT und Östrogen ein wenig zu sehr)

Jetzt fange ich an 5mg Progi täglich zu nehmen und dazu 2-3 mg DHEA (vlt. auch nach einiger Zeit 5mg). 14 Tage On und dann 7 Tage Off.

Welches Prog verwendest DU ? Ich habe hier so viel gelesen und so oft, dass ich den Durchblick nicht mehr habe..

Das Progi Öl von Onas Natural Progesteron, das ich hier vor einiger Zeit im Thread vorgestellt habe. Pilos hat dieses auch ein paar Post zuvor erwähnt. Ich schickte eine kleine Menge die untersucht werden sollte. Da Pilos es hier erwähnt gehe ich mal vorsichtig davon aus, dass im Test des Progi-Öls rauskam das es legit ist und wirklich sehr hoch konzentriert. Preis/Leistung geht nicht wirklich besser als das.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [clark](#) on Sat, 30 Jun 2018 19:42:34 GMT

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

Obes89 schrieb am Sat, 30 June 2018 20:30clark schrieb am Sat, 30 June 2018 19:49Obes89 schrieb am Sat, 30 June 2018 19:39Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sat, 30 June 2018 19:00pilos schrieb am Sat, 30 June 2018 10:30

inositol billiger als deutschland gibt es nicht

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

eien wirkung bei männer ist äusserst zweifelhaft

Natürlich gibts das billiger. 100 Euro pro kg ist doch Wucher. das gibts in Internet-Shops schon für 30 euro pro kg.

Und dass es nur bei Frauen wirken soll ist natürlich auch Blödsinn.

Selbstverständlich wirkt es auch bei Männern.

Es gab ja auch einige die es probiert haben. Und siehe da: Bart weg, Akne weg..

Bart Weg wird sehr wahrscheinlich bedeuten = sämtliche männliche Merkmale werden leiden.

Klingt nicht sehr verlockend für Männer, die auch wirklich Mann bleiben möchten. Wenn man das Bartwachstum krass verringert dann wird natürlich Test wie auch DHT gut in den Keller gegangen sein. Für niemanden erstrebenswert, außer man möchte gezielt verweiblichen und keine Libido mehr besitzen etc.

Wenn man das Hormongefüge außerdem nicht ordentlich stabilisiert dann kann auch die Psyche ziemlich in den Keller gehen. Aber ganz vorstellen kann ich mir eine solch starke Wirkung nur durch Inositol nicht, aber wer weiß.

Akne weg funktionierte bei mir übrigens Top mit 30 mg Progi täglich (ist für mich aber viel zu viel und senkt mir DHT und Östrogen ein wenig zu sehr)

Jetzt fange ich an 5mg Progi täglich zu nehmen und dazu 2-3 mg DHEA (vlt. auch nach einiger Zeit 5mg). 14 Tage On und dann 7 Tage Off.

Welches Prog verwendest DU ? Ich habe hier so viel gelesen und so oft, dass ich den Durchblick nicht mehr habe..

Das Progi Öl von Onas Natural Progesteron, dass ich hier vor einiger Zeit im Thread vorgestellt habe. Pilos hat dieses auch ein paar Post zuvor erwähnt. Ich schickte eine kleine Menge die untersucht werden sollte. Da Pilos es hier erwähnt gehe ich mal vorsichtig davon aus, dass im Test des Progi-Öls rauskam das es legit ist und wirklich sehr hoch konzentriert. Preis/Leistung geht nicht wirklich besser als das.

Vielen Dank für Deine Ausführungen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haireinspaziert](#) on Sat, 30 Jun 2018 21:44:44 GMT

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

@obes: woher beziehst du dein DHEA? Ist es die Creme von Biovera oder ist es auch von deiner Progi-quelle? Nimmst du das DHEA auch sublingual? Progi täglich weiter sublingual geplant oder hast du vor zu schmieren?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Sun, 01 Jul 2018 10:48:40 GMT

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

haireinspaziert schrieb am Sat, 30 June 2018 23:44 @obes: woher beziehst du dein DHEA? Ist es die Creme von Biovera oder ist es auch von deiner Progi-quelle? Nimmst du das DHEA auch sublingual? Progi täglich weiter sublingual geplant oder hast du vor zu schmieren?

Ja genau, die Creme von Biovea. Aber ich wollte in naher Zukunft 10 mg Tabs bestellen und sie vierteln. die Tabs dann im Mund auflösen lassen, also faktisch auch sublingual aufnehmen das ganze und bei Progi werde ich definitiv beim Öl bleiben und es auch sublingual zuführen wie bisher. Als ich damals die Progi Creme nahm spürte ich nicht wirklich was (dauert ja auch manchmal etwas) Sublingual gefällt mir deutlich besser.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 01 Jul 2018 19:28:10 GMT

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

Obes89 schrieb am Sat, 30 June 2018 19:39 Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sat, 30 June 2018 19:00 pilos schrieb am Sat, 30 June 2018 10:30

inositol billiger als deutschland gibt es nicht

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

<https://www.medizinfuchs.de/07603428>

eien wirkung bei männer ist äusserst zweifelhaft

Natürlich gibts das billiger. 100 Euro pro kg ist doch Wucher. das gibts in Internet-Shops schon für 30 euro pro kg.

Und dass es nur bei Frauen wirken soll ist natürlich auch Blödsinn.

Selbstverständlich wirkt es auch bei Männern.

Es gab ja auch einige die es probiert haben. Und siehe da: Bart weg, Akne weg..

Bart Weg wird sehr wahrscheinlich bedeuten = sämtliche männliche Merkmale werden leiden. Klingt nicht sehr verlockend für Männer, die auch wirklich Mann bleiben möchten. Wenn man das Bartwachstum krass verringert dann wird natürlich Test wie auch DHT gut in den Keller gegangen sein. Für niemanden erstrebenswert, außer man möchte gezielt verweiblichen und keine Libido mehr besitzen etc.

Wenn man das Hormongefüge außerdem nicht ordentlich stabilisiert dann kann auch die Psyche ziemlich in den Keller gehen. Aber ganz vorstellen kann ich mir eine solch starke Wirkung nur durch Inositol nicht, aber wer weiß.

Akne weg funktionierte bei mir übrigens Top mit 30 mg Progi täglich (ist für mich aber viel zu viel und senkt mir DHT und Östrogen ein wenig zu sehr)

Jetzt fange ich an 5mg Progi täglich zu nehmen und dazu 2-3 mg DHEA (vlt. auch nach einiger Zeit 5mg). 14 Tage On und dann 7 Tage Off.

Warm probierst du dann nicht Inositol? Das erhöht den Progesteron-Spiegel extrem und wirkt sich sehr positiv auf die Libido aus. Und das OBWOHL es Testosteron stark senkt.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike](#) on Sun, 01 Jul 2018 20:12:29 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 01 July 2018 21:28

Warm probierst du dann nicht Inositol? Das erhöht den Progesteron-Spiegel extrem und wirkt sich sehr positiv auf die Libido aus. Und das OBWOHL es Testosteron stark senkt.

über welchen Mechanismus?

(mache am besten einen eigenen thread auf, damit dieser nicht unnötig zu voll wird mit off-topic)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 01 Jul 2018 21:31:49 GMT

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

mike. schrieb am Sun, 01 July 2018 22:12Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 01 July 2018 21:28

Warm probierst du dann nicht Inositol? Das erhöht den Progesteron-Spiegel extrem und wirkt sich sehr positiv auf die Libido aus. Und das OBWOHL es Testosteron stark senkt.

über welchen Mechanismus?

(mache am besten einen eigenen thread auf, damit dieser nicht unnötig zu voll wird mit off-topic)

Welcher Mechanismus.. wer weiß das schon.

Inositol/Vitamin B8 ist ein essentielles Vitamin. Das einzige, was massiv alle Sexualhormone reguliert.

Deswegen wird es auch erfolgreich gegen PCOS eingesetzt.

Mach du doch einen eigenen Thread auf. Wenn die User meinen Namen lesen, klicken sie den Thread eh nicht an.

Noch dazu ist das Interesse über Inositol in diesem Forum im Promille-Bereich.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [clark](#) on Mon, 02 Jul 2018 07:40:10 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 01 July 2018 23:31mike. schrieb am Sun, 01 July 2018 22:12Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 01 July 2018 21:28

Warm probierst du dann nicht Inositol? Das erhöht den Progesteron-Spiegel extrem und wirkt sich sehr positiv auf die Libido aus. Und das OBWOHL es Testosteron stark senkt.
über welchen Mechanismus?

(mache am besten einen eigenen thread auf, damit dieser nicht unnötig zu voll wird mit off-topic)
Welcher Mechanismus.. wer weiß das schon.

Inositol/Vitamin B8 ist ein essentielles Vitamin. Das einzige, was massiv alle Sexualhormone reguliert.

Deswegen wird es auch erfolgreich gegen PCOS eingesetzt.

Mach du doch einen eigenen Thread auf. Wenn die User meinen Namen lesen, klicken sie den Thread eh nicht an.

Noch dazu ist das Interesse über Inositol in diesem Forum im Promille-Bereich.

Sehr gute Idee..mach mal Mike ;)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Mon, 02 Jul 2018 09:24:03 GMT

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

Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 01 July 2018 23:31mike. schrieb am Sun, 01 July 2018 22:12Bis-2018-Norwood-null schrieb am Sun, 01 July 2018 21:28

Warm probierst du dann nicht Inositol? Das erhöht den Progesteron-Spiegel extrem und wirkt sich sehr positiv auf die Libido aus. Und das OBWOHL es Testosteron stark senkt.
über welchen Mechanismus?

(mache am besten einen eigenen thread auf, damit dieser nicht unnötig zu voll wird mit off-topic)
Welcher Mechanismus.. wer weiß das schon.

Inositol/Vitamin B8 ist ein essentielles Vitamin. Das einzige, was massiv alle Sexualhormone reguliert.

Deswegen wird es auch erfolgreich gegen PCOS eingesetzt.

Mach du doch einen eigenen Thread auf. Wenn die User meinen Namen lesen, klicken sie den Thread eh nicht an.

Noch dazu ist das Interesse über Inositol in diesem Forum im Promille-Bereich.
es lässt sich nichts finden

wenn ich lese/höre.. es steigert progesteron "extrem" und senkt T "stark"...dann schreckt mich das...

Fin erhöht auch P4 und T... und es ist mist

es kann genauso gut heißen, es unterbindet die weitere metabolisierung von P4 und es kumuliert. -> das ist schlecht

mehr Libido kann man gerne haben.. weniger T, mehr E2/DHT
oder einfach E2 stark erhöhen.. da hast dann ein "flame-up".. was dann bei weiterer einnahme wieder abflaut

usw

-> Inositol Thread: https://www.alopezie.de/fud/index.php/m/414229/#msg_414229

BTT ;)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Fri, 06 Jul 2018 17:25:09 GMT

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

Also Leute Progi und DHEA sind bei mir schon wieder raus.... Ich kriege selbst bei solch einer kleinen Dosis DHEA empfindliche Nippel, das ist wirklich krass. Habe einfach keine Lust mehr beides zu nehmen. Ich habe selbst das Gefühl, dass an den Tagen an denen ich DHEA nehme meine Stimme ein wenig anders, wirklich etwas weniger männlich und rau kling.

Scheint echt alles straight in E2 verwandelt zu werden. Und das obwohl Progi dabei ist. Ich fühle mich auch ohne die Mittel tatsächlich deutlich besser, auch klarer und stabiler im Kopf.

Bei einer hohen Dosis von DHEA also 15 mg am Tag und dazu 5 mg Progi fühlte ich mich super und es gab einen Boost und ein super Lebensgefühl. Also bringt mir so niedrig dosiert alles nichts und ich fühle mich eher schlechter als ohne. Ich glaube mit einer größeren Menge Progi fühle ich mich besser, also mit 10 mg täglich. Allerdings habe ich keine Lust das es durch die DHT Hemmung gleich wieder was auf die Augen gibt und das mein Orgasmus flacher wird etc.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [andal](#) on Fri, 06 Jul 2018 17:53:47 GMT

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

bei deinen dosierungen gehts wenigstens nicht so ins geld :d

starte nächste woche mit 10 mg dhea + prog, merke wahrscheinlich wieder null :smug:

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Fri, 06 Jul 2018 22:54:09 GMT

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

andal schrieb am Fri, 06 July 2018 19:53 bei deinen Dosierungen gehts wenigstens nicht so ins Geld :d

starte nächste Woche mit 10 mg DHEA + Prog, merke wahrscheinlich wieder null :smug:

Ja aber wirklich krass das ich bei solchen Dosen schon NW habe.. jetzt 2-3 Tage ohne und völlige Ruhe was die Nippel angeht. Achso auch hatte ich ein wenig Schmerzen in den Hoden in den Tagen. Nicht schlimm, aber doch deutlich spürbar, ab und zu mal am Tag. Ist auch wieder komplett verschwunden. Also gut ist das ganze definitiv nicht für mich. Auch das Hodenvolumen zieht sofort wieder an und nimmt zu. Wirkt also alles wie straighte E2 Wirkung in mir.

Ich kann ja demnächst mal einen Thread aufmachen der sich rund um das Thema der Hormoneinnahmen dreht. Wo dann alle ihre Erfahrungen schildern können.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [flusengold](#) on Sun, 08 Jul 2018 08:32:00 GMT

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

Ich werde mit Progesteron + DHEA topisch starten. Welches DHEA (Marke) ist empfehlenswert?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Sun, 08 Jul 2018 09:58:50 GMT

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

flusengold schrieb am Sun, 08 July 2018 10:32

Ich werde mit Progesteron + DHEA topisch starten. Welches DHEA (Marke) ist empfehlenswert?

welches P4 nimmst denn?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [flusengold](#) on Sun, 08 Jul 2018 10:06:47 GMT

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

mike. schrieb am Sun, 08 July 2018 11:58 flusengold schrieb am Sun, 08 July 2018 10:32
Ich werde mit Progesteron + DHEA topisch starten. Welches DHEA (Marke) ist empfehlenswert?

welches P4 nimmst denn?

utrogestan 100mg ist der Plan

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [mike.](#) on Sun, 08 Jul 2018 10:09:05 GMT

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

flusengold schrieb am Sun, 08 July 2018 12:06 mike. schrieb am Sun, 08 July 2018
11:58 flusengold schrieb am Sun, 08 July 2018 10:32
Ich werde mit Progesteron + DHEA topisch starten. Welches DHEA (Marke) ist empfehlenswert?

welches P4 nimmst denn?

utrogestan 100mg ist der Plan
:thumbup:

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [mike.](#) on Sun, 08 Jul 2018 10:10:34 GMT

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

wie man aus utrogestan 100 ein topical herstellt, weiss pilos

sublingual funktioniert es aber am besten.. abends 1 kapsel unter der zunge zergehen lassen .. ca
um 20.00 +/-

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [chess](#) on Sun, 08 Jul 2018 10:13:42 GMT

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

wofür steht DHEA ?
ist das tablette/kapsel/flüssigkeit?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [flusengold](#) on Sun, 08 Jul 2018 10:28:34 GMT

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

mike. schrieb am Sun, 08 July 2018 12:10

wie man aus utrogestan 100 ein topical herstellt, weiss pilos

sublingual funktioniert es aber am besten.. abends 1 kapsel unter der zunge zergehen lassen .. ca um 20.00 +/-

Danke für die Info. Ich werde mich erstmal topisch rantesten und später sublingual testen wenn ich es vertrage.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Sun, 08 Jul 2018 11:37:41 GMT

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

chess schrieb am Sun, 08 July 2018 12:13wofür steht DHEA ?

ist das tablette/kapsel/flüssigkeit?

dehydroepiandrosteron

ich nehme die 50mg kapseln von biovea 50mg jeden abend um ca 20.00 unter zunge

creme kann man auch zusätzlich testen lokal ...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [chess](#) on Sun, 08 Jul 2018 12:09:50 GMT

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

und in wie fern ist DHEA sinnvoll

auch in Ergänzung zu Fin/DUT

bzw E2/P4?

wie würde das offizielle Produkt

aus der Apo heißen mit DHEA ?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Sun, 08 Jul 2018 13:50:09 GMT

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

chess schrieb am Sun, 08 July 2018 14:09und in wie fern ist DHEA sinnvoll

auch in Ergänzung zu Fin/DUT

bzw E2/P4?

wie würde das offizielle Produkt
aus der Apo heißen mit DHEA ?
kriegt man das überhaupt ohne rezept in der apo?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [chess](#) on Sun, 08 Jul 2018 14:02:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich würde dann nat. versuchen
ein rezept zu bekommen. aber
ich finde gar kein präperat, das
diesen wirkstoff enthält.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [pilos](#) on Sun, 08 Jul 2018 14:05:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

dhea ist freiverkäuflich und wird einem hinterhergeworfen

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [xWannes](#) on Sun, 08 Jul 2018 14:17:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sun, 08 July 2018 16:05
dhea ist freiverkäuflich und wird einem hinterhergeworfen
Und Apo ist möglich, aber teuer:
z.B. PZN: 10143410, rezeptfrei

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [pilos](#) on Sun, 08 Jul 2018 14:30:32 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

xWannes schrieb am Sun, 08 July 2018 17:17pilos schrieb am Sun, 08 July 2018 16:05
dhea ist freiverkäuflich und wird einem hinterhergeworfen
Und Apo ist möglich, aber teuer:
z.B. PZN: 10143410, rezeptfrei

https://www.biovea.com/DE/category_dispatch.aspx?CID=6&deptID=2&FiltersObject=%7B%22SortValue%22:%7B%7D,%22PageSize%22:%2212%22,%22CompareProducts%22:%5B%5D,%22Brands%22:%7B%7D,%22FormValues%22:%7B%7D,%22PriceRanges%22:%7B%7D,%22Categories%22:%5B%5D,%22objects%22:%5B%5D%7D

neukunden 20%

code bva20

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [chess](#) on Sun, 08 Jul 2018 14:57:41 GMT

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

danke für die DHEA Tipps!
aber krass: ein Hormon, das
rezeptfrei ist?!

wieviel mg empfiehlt ihr hier
täglich? oral/sublingua oder
ins topical gemixt?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Sun, 08 Jul 2018 15:03:26 GMT

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

pilos schrieb am Sun, 08 July 2018 16:05
dhea ist freiverkäuflich und wird einem hinterhergeworfen

danke :thumbup:

P4 nicht (ich habe schon gefragt) :?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Sun, 08 Jul 2018 15:21:49 GMT

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

mike. schrieb am Sun, 08 July 2018 18:03

P4 nicht (ich habe schon gefragt) :?
progesteron ist auch ein richtiges hormon
dhea ist nur ein prohormon

aber es gibt dieses progynon öl, das wird demnächst nochmals gefiltert ;)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [chess](#) on Sun, 08 Jul 2018 15:33:45 GMT

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

ah sprich der körper entscheidet selber
wieviel aus dem prohormon er dann wirklich
zum hormon machen will und damit ist
es unbedenklich?

wieviele mg / kapsel empfiehlt ihr?

1 kapsel am tag?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Sun, 08 Jul 2018 15:43:52 GMT

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

pilos schrieb am Sun, 08 July 2018 17:21mike. schrieb am Sun, 08 July 2018 18:03

P4 nicht (ich habe schon gefragt) :?
progesteron ist auch ein richtiges hormon
dhea ist nur ein prohormon

aber es gibt dieses progynon öl, das wird demnächst nochmals gefiltert ;)

was hat denn das filtern meiner Progi Probe ergeben Pilos :o?

Wirken tut es auf jeden Fall äußerst Potent. Bei 20-30 mg gibt es bei mir schon eine sehr
ordentliche Senkung von DHT (die nach 1-2 Wochen deutlich spürbar ist) und auch deutliches
verdrängen von Östrogen. Innerhalb von kürzester Zeit sehr viel Wasser lassen und bei 30
mg sogar etwas trockene Gelenke nach längerer Zeit.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [chess](#) on Sun, 08 Jul 2018 15:45:46 GMT

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

also progesteron verdrängt östrogen?
sprich P4 verdrängt E2?

weshalb dann überhaupt beides nehmen?^^

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Tue, 17 Jul 2018 14:45:36 GMT

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

gibt es neuigkeiten/auffälligkeiten bei den anwendern??

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Tue, 17 Jul 2018 16:36:03 GMT

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

Bauo schrieb am Tue, 17 July 2018 16:45gibt es neuigkeiten/auffälligkeiten bei den anwendern??

Ich nehme nur eine geringe Dosis topisch über die Kopfhaut, aber das Zeug scheint schon ein wenig systemisch zu gehen, denn meine Haut ist besser geworden.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Fri, 20 Jul 2018 10:21:35 GMT

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

also ich nehme es sublingual und habe an der haut, besonders am rücken aufjedenfall auch eine verbesserung feststellen können.

jedoch auch ein shedding, ich hoffe, dass es bald abklingt. weiß allerdings nicht, ob das auch u.a. am sommer bzw. "fellwechsel" liegen könnte...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Fri, 20 Jul 2018 20:13:17 GMT

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

das kann schon sein... im laufe des ersten jahres gibt es shedding... das geht vorüber ;)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Sat, 21 Jul 2018 19:31:16 GMT

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

Ich glaube durch Progesteron sehe ich irgendwie jünger aus. Bessere Haut, weniger Augenringe, markantere Gesichtszüge ...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [olezudemle](#) on Sat, 21 Jul 2018 19:40:34 GMT

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

Ich habe Progi auch ausprobiert und bin nun relativ enttäuscht darüber, dass bei mir wohl relativ starke Nebenwirkungen auftreten (vor allem an einer Stelle, die ich hier bislang noch gar nicht gelesen hatte - dem Gehör. Höre auf dem linken Ohr alles extrem dumpf, wie durch einen dicken Filter). Habe natürlich dementsprechend sofort abgebrochen und es bessert sich. Schade, viele hier scheinen darauf ja richtig gut zu reagieren, was Hautbild/Stimmung/... angeht. Naja, man kann nicht alles haben.

Immerhin habe ich gar keine Probleme mit Minox oder Ket, das ist ja auch schon einmal viel wert.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Sat, 21 Jul 2018 20:01:29 GMT

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

olezudemle schrieb am Sat, 21 July 2018 21:40Ich habe Progi auch ausprobiert und bin nun relativ enttäuscht darüber, dass bei mir wohl relativ starke Nebenwirkungen auftreten Welche Dosis?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [olezudemle](#) on Sat, 21 Jul 2018 20:23:02 GMT

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

Zunächst die Mischung aus der Selbsthilfe (dank besserer Penetration). Nach erstmaligem Auftreten der Symptome dann abgesetzt.

Nach einiger Zeit dann einen neuen Versuch gestartet und abends einen "full pump" der Creme von Biovea pur - also ohne Mittel zur besseren Penetration - auf GHE und Gesicht aufgetragen (also 20mg). Heute morgen erneut dieselben Symptome an derselben Stelle. Schlägt mir scheinbar direkt auf das Gehör.

Klar, ich könnte jetzt noch weiter reduzieren (oder mal die Körperstellen Richtung Knie/Fuß wechseln) und es ausprobieren, aber da höre ich lieber auf die Signale, die mein Körper sendet. Es ist scheinbar nicht für mich gemacht. Finde aber wirklich interessant, dass ich so eine Nebenwirkung hier bislang noch gar nicht gelesen hatte. Diese total dumpfe Aufnahme von

Geräuschen schlägt richtig auf die Lebensqualität.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Sat, 21 Jul 2018 22:32:00 GMT

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

olezudemle schrieb am Sat, 21 July 2018 22:23Nach einiger Zeit dann einen neuen Versuch gestartet und abends einen "full pump" der Creme von Biovea pur - also ohne Mittel zur besseren Penetration - auf GHE und Gesicht aufgetragen (also 20mg). Heute morgen erneut dieselben Symptome an derselben Stelle. Schlägt mir scheinbar direkt auf das Gehör. Ich nehme auch nur ca. 10 mg täglich.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Sun, 22 Jul 2018 07:48:11 GMT

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

die biovea creme habe ich abgesetzt

haartechisch hat das 2017 gar nichts gebracht (front wurde immer lichter)

P4 verändert die Verarbeitung und die Filter im Gehirn

ich höre detaillierter..wenn ich mehrere tage hintereinander P4 100mg sublingual nehme

wenn ich dann wieder off-phasen habe (die braucht man..zb 2 wo on, 2 wo off)

höre ich wieder normal

früher..also ohne P4/E2 habe ich schlecht gehört .. wenn wer normal oder leise geredet hat, habe ich nichts verstanden

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [lala](#) on Sun, 22 Jul 2018 18:38:52 GMT

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

wer Progesteron testen will, kann sich übrigens gern mal bei mir melden.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz...

Posted by [stealth](#) on Mon, 23 Jul 2018 18:42:21 GMT

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

Bei mir hat Prog. garnix aber auch garnix gebracht.
Vielleicht in viel höheren Dosen oder mit was anderem...aber DAS
weiss dann nur Pilos oder Sonic. Ehrenmänner!
Leider war Anfrage an Yoda nur beleidigend.
Egal u vergessen. Frage eben den nimma

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Tue, 24 Jul 2018 13:11:23 GMT

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

olezudemle schrieb am Sat, 21 July 2018 22:23Zunächst die Mischung aus der Selbsthilfe (dank besserer Penetration). Nach erstmaligem Auftreten der Symptome dann abgesetzt.

Nach einiger Zeit dann einen neuen Versuch gestartet und abends einen "full pump" der Creme von Biovea pur - also ohne Mittel zur besseren Penetration - auf GHE und Gesicht aufgetragen (also 20mg). Heute morgen erneut dieselben Symptome an derselben Stelle. Schlägt mir scheinbar direkt auf das Gehör.

Klar, ich könnte jetzt noch weiter reduzieren (oder mal die Körperstellen Richtung Knie/Fuß wechseln) und es ausprobieren, aber da höre ich lieber auf die Signale, die mein Körper sendet. Es ist scheinbar nicht für mich gemacht. Finde aber wirklich interessant, dass ich so eine Nebenwirkung hier bislang noch gar nicht gelesen hatte. Diese total dumpfe Aufnahme von Geräuschen schlägt richtig auf die Lebensqualität.

Viele die Progi nutzen machen auch den Fehler solch große Mengen zu sich zu nehmen. Mike nimmt mit 100 mg (falls er aktuell noch so viel nimmt) eine extreme Menge zu sich. Bei ihm läuft es auch super und passt, aber die meisten Männer werden mit solchen Mengen natürlich Probleme bekommen, bezüglich Libido und vlt. noch einige andere. Männer produzieren täglich wohl zwischen 5-15 mg Prog (eine andere Quelle meint 10-20 mg) auf jeden Fall in etwa in dem Bereich. Hängt natürlich sehr vom Lebensstil, Ernährung und Gesundheitszustand, körperlichen Eigenschaften ab usw. Aber wenn man dann Mengen von 20 mg täglich nimmt, hat man einfach mal die körpereigene Menge verdoppelt was natürlich krass ist. In einem Forum habe ich viel über Progi gelesen und erfahren, die meisten nehmen es dort mit Top Erfolg und vielfältigsten positiven Auswirkung auf die optische Erscheinung, Gesundheit etc. Aber diese Männer nehmen fast alle nur Mengen von 3-6 mg täglich und ein paar wenige max 10 mg täglich ein. Man setzt also quasi ein kleines Stück auf die körpereigene Produktion drauf und ergänzt diese, mehr sollte man sicher nicht anstreben.

Im Kampf gegen AGA werden wahrscheinlich wirklich andere Mengen nötig sein, aber am besten Progi nur als Ergänzung sehen und Mengen bis vlt. 10 mg nutzen. Dann sollte es auch eher keine Probleme geben.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [kreHAARtiv](#) on Tue, 24 Jul 2018 13:44:22 GMT

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

In welcher Form nehmen die Männer es denn in dem anderen Forum zu sich ?

Wahrscheinlich als Creme oder ?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [olezudemle](#) on Tue, 24 Jul 2018 15:36:21 GMT

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

@Obes89 - danke für den Beitrag und die zusätzlichen Informationen. Hier hatte ich ja generell von anderen Dosierungen gelesen. Hatte dem Ganzen ja eigentlich bereits abgeschworen, aber wenn das so ist, dann werde ich eventuell noch einen letzten Versuch mit 3-5mg unternehmen. Falls diese Leute ebenfalls die Creme benutzen: wo tragen sie diese auf? GHE, Gesicht oder wirklich an Knie/Fuß?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Tue, 24 Jul 2018 20:37:50 GMT

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

Zum größten Teil wird es dort Sublingual zu sich genommen (in Form eines Öls) Progi in Vitamin E Öl. Aber viele Mischen dies dort wohl auch mit einem Trägeröl und tragen es auf die Haut auf, also Transdermal. Wirkt wohl alles sehr gut. Gibt da auch ein paar die es höher dosiert nehmen, aber fast alle haben bei mehr als 10 mg Probleme mit Potenz etc. zumindest nach einiger Zeit. Allerdings machen sie dort wohl auch zum großen Teil den Fehler und Cyclen nicht, nehmen es also durch. Viele positive Berichte waren auf jeden Fall von Leuten die Mengen zwischen 3-6 mg täglich nehmen, bezüglich Anti-Aging, Schilddrüse, Metabolismus insgesamt, Energie, Stimmungsaufhellung, gute Wirkung gegen Stress usw. Viele davon nahmen es höher dosiert und erlebten dann erst durch eine Reduzierung der Dosis solch positive Auswirkungen.

Ich werde vlt. auch demnächst noch mal starten und 3-5 mg testen. Man muss da einfach ein bisschen auf seinen Körper hören, die genauen Reaktionen und Veränderungen beobachten und die Dosis anpassen, und wenn man auch bei kleineren Dosen Probleme hat, einfach lieber sein lassen, oder gucken was vlt. sonst im System nicht optimal läuft und später noch mal auf Progi zurück greifen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Tue, 24 Jul 2018 22:42:43 GMT

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

die feine dosis klingt vernünftig :thumbup:

ja, ich nehme tatsächlich mit 100mg sublingual sehr viel... aber ich nehme E2 dazu .. und hier nicht zu wenig.. ich brauche somit mehr P4, um definiert zu bleiben ..
Estrogene machen ganz schön "schwabbelig/füllig/aufgebläht".. gerade, wenn noch normales Testosteron vorhanden ist... 30 kg kann man dann gleich mal zunehmen...wenn kein P4 genommen wird :?

seit einigen tagen falle ich wieder aus norm ... da ich jetzt testweise sehr viel E2 zu mir nehme... als Selbstversuch, die "round-hairline" wieder zurück zu züchten .. mal sehen...

der hauptgrund für volles haar ist ein gesunder progesteronwert. :thumbup:

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [TStark](#) on Wed, 25 Jul 2018 07:11:40 GMT

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

Wenn das einer der Hauptgründe ist .. was gibt es noch für welche ? Und wo liegt in etwa dieser Bereich , also in Relation zu den anderen Hormonen.

Generell finde ich ja, dass fixe Werte sehr wenig aussagekräftig sind, da dieser 'In Ordnung' Bereich wohl viel zu individuell ist, je nach Physis.

Welches Verhältnis von E2 zu P4 sollte deiner Meinung/Recherche nach vorhanden sein ?

LG

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [kreHAARtiv](#) on Wed, 25 Jul 2018 07:57:49 GMT

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

@Obese89

Danke erstmal für deinen Beitrag.

Finde deine Texte immer sehr sachlich und informativ :thumbup:

Würdest du den Namen des Forums verraten, damit sich selbst mal ein Bild von den Erfahrungen machen könnte ?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [olezudemle](#) on Mon, 13 Aug 2018 10:24:59 GMT

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

Obese89 schrieb am Tue, 24 July 2018 22:37Ich werde vlt. auch demnächst noch mal starten und 3-5 mg testen. Man muss da einfach ein bisschen auf seinen Körper hören, die genauen Reaktionen und Veränderungen beobachten und die Dosis anpassen, und wenn man auch bei kleineren Dosen Probleme hat, einfach lieber sein lassen, oder gucken was vlt. sonst im System

nicht optimal läuft und später noch mal auf Progi zurück greifen.

Kleines Update: ich habe jetzt einen letzten Versuch gestartet (seit ca. einer Woche denke ich) und fahre mit 3-5mg wohl ganz gut. Es weicht immer ab, so genau kann man die Bioveacreme ja nicht dosieren. Keine Auswirkungen auf das Gehör, also scheint es zumindest keine gänzlich falsche Dosis zu sein wie bei meinem ersten Versuch mit der Creme. Von wirklich positiven Auswirkungen kann ich aber ebenfalls nicht berichten. Mal schauen, was die Zukunft mit dieser Dosis bringt.

Es ist halt auch die Frage, ob überhaupt irgendetwas dort ankommt, wo es Verbesserungen erzielen kann. Gerade die Creme ist da sicherlich nicht optimal, wenn man ohnehin in solch niedrigen Dosen aufträgt. Aber egal. Erst einmal durchziehen, eventuell werde ich nach zwei/drei Monaten dann mal schrittweise erhöhen, je nach Verlauf. Und ja, ich mache natürlich Pausen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Mon, 13 Aug 2018 21:39:51 GMT

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

Also ich habe jetzt zuletzt mal 5mg E2D genommen. Aber davon bekomme ich Pickel, und zwar ziemlich dicke und tiefe. Progesteron E2D 5 mg wirkt bei mir anscheinend ordentlich Testo steigernd. Ich habe es auch tatsächlich so getestet weil ich woanders von Leuten gelesen habe die es genau auf die Art und Weise und in der Dosis einnahmen und von Testo Steigerung sprachen Wenn ich es dann 3-4 Tage nicht mehr genutzt habe kommen keine neuen Pickel dazu und die dicken Pickel heilen sehr schnell wieder ab (viel schneller als es solch große Pickel normal tun würden) Ganz interessant das ganze. Außerdem wirkt Progi bei mir so eingenommen nicht wirklich angenehm auf die Psyche. Ich war ungeduldiger, deutlich weniger fröhlich. Einfach negativer und weniger emotional zugänglich und emphatisch. Ich hab nen richtigen positiven Umschwung erlebt als ich es 3-4 Tage nicht genutzt habe. Wenn ich Progi allerdings in Mengen von z. B. 10 mg täglich nahm war die Wirkung auf die Haut und Psyche durchweg positiv.

Vlt. habe ich die weitere Testosteigerung auch nur so deutlich wahrgenommen, da mein Spiegel allgemein erhöht ist seit meinem aktuellen supplement Stack (auf dem ich mich allerdings sehr positiv fühle,in jeglicher Hinsicht)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Sun, 02 Sep 2018 18:29:47 GMT

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

Obes89 schrieb am Tue, 24 July 2018 22:37Gibt da auch ein paar die es höher dosiert nehmen, aber fast alle haben bei mehr als 10 mg Probleme mit Potenz etc. zumindest nach einiger Zeit. Kann ich bestätigen. Habe in letzter Zeit mein Topical etwas großzügiger aufgetragen und bin dadurch wohl in den Bereich 12-15 mg täglich gerutscht. Und prompt nimmt die Erektionsqualität spürbar ab und ich komme deutlich schwerer zum Orgasmus. Werde den Progesteronanteil in meinem Topical jetzt wohl mal herunterdosieren und darauf achten, dass ich

täglich nicht auf mehr als 6 mg komme. Wobei mein Erscheinungsbild insgesamt sehr stark von Progesteron profitiert hat.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haireinspaziert](#) on Sun, 02 Sep 2018 20:21:23 GMT

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

könntest du kurz erläutern inwiefern es sich positiv auf dein Erscheinungsbild ausgewirkt hat? Besseres Hautbild oder noch weitere, positive Nebeneffekte? Danke im Voraus!

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Sun, 02 Sep 2018 20:48:12 GMT

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

haireinspaziert schrieb am Sun, 02 September 2018 22:21konntest du kurz erläutern inwiefern es sich positiv auf dein Erscheinungsbild ausgewirkt hat? Besseres Hautbild oder noch weitere, positive Nebeneffekte? Danke im Voraus!

Besseres Hautbild, und man sieht einfach kantiger und definierter aus aufgrund der entwässernden Wirkung.

Ach ja, und das hat jetzt zwar nichts mit dem Erscheinungsbild zu tun, aber in geringen Dosen kann die orgasmushemmende Wirkung auch ihre Vorteile haben: Das Durchhaltevermögen steigt enorm. ;)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haireinspaziert](#) on Mon, 03 Sep 2018 03:14:38 GMT

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

ich danke dir für die Ausführungen. Mischst du jeden Tag/Abend neu an? Hat das Verhältnis in der Signatur weiterhin Bestand?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Mon, 03 Sep 2018 07:21:19 GMT

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

haireinspaziert schrieb am Mon, 03 September 2018 05:14ich danke dir für die Ausführungen. Mischst du jeden Tag/Abend neu an? Hat das Verhältnis in der Signatur weiterhin Bestand? Nein, ich mische immer einen Monatsvorrat. In der Signatur habe ich den Progesteronanteil bereits reduziert.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Mon, 03 Sep 2018 13:14:00 GMT

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

romue77 schrieb am Sun, 02 September 2018 20:29Obes89 schrieb am Tue, 24 July 2018 22:37Gibt da auch ein paar die es höher dosiert nehmen, aber fast alle haben bei mehr als 10 mg Probleme mit Potenz etc. zumindest nach einiger Zeit.

Kann ich bestätigen. Habe in letzter Zeit mein Topical etwas großzügiger aufgetragen und bin dadurch wohl in den Bereich 12-15 mg täglich gerutscht. Und prompt nimmt die Erektionsqualität spürbar ab und ich komme deutlich schwerer zum Orgasmus. Werde den Progesteronanteil in meinem Topical jetzt wohl mal herunterdosieren und darauf achten, dass ich täglich nicht auf mehr als 6 mg komme. Wobei mein Erscheinungsbild insgesamt sehr stark von Progesteron profitiert hat.

Die positive Wirkung auf die Optik kann ich auch bestätigen. Ist bei einer Dosis von 10-20 mg auf jeden Fall ordentlich ausgeprägt. Die ganze Körperform und Optik wird besser, bei mir ist die Muskelhärte innerhalb kürzester Zeit deutlich verbessert. Dafür reichen schon 3-4 mg bei mir. Dann ist aber nur die Körperoptik und Härte besser, bessere Gesichtsoptik erst bei 10 mg und aufwärts. Interessant ist, dass bei mir die 3-4 mg nicht gut wirken untenrum, schlechtere, kleinere Erektionen. Orgasmus empfinden kein bisschen gemindert, eher noch etwas gesteigert. Bei 10 mg aufwärts hatte ich keine Probleme mit Potenz und Erektion, dafür aber deutlich flachere Orgasmen. Schon interessant wie das ganze funktioniert und welches Hormongefüge zu welchen Reaktionen und Empfindungen führt. Auch habe ich mich unter 10 mg Progi aufwärts top gefühlt was die Psyche und alles angeht, bei so wenig Progi manchmal eher das Gegenteil.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haireinspaziert](#) on Mon, 03 Sep 2018 21:06:57 GMT

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

Das sind sehr ertragreiche Erkenntnisse aber wenn ich richtig liege, dass romue77 es in seinem Topical verarbeitet hat und du, Obes, es oral/sublingual eingenommen hast. Wie es scheint geht dann bei der topischen Verwendung auch das meiste systemisch, kommt also an, sehe ich doch richtig oder? Ich habe es bisher ausschließlich sublingual eingenommen. Konnte aber keinen Wasserverlust o.ä. feststellen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Mon, 03 Sep 2018 23:10:35 GMT

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

haireinspaziert schrieb am Mon, 03 September 2018 23:06Wie es scheint geht dann bei der topischen Verwendung auch das meiste systemisch, kommt also an, sehe ich doch richtig oder? Topisch = transdermal

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haarsträubend23](#) on Wed, 17 Oct 2018 17:53:33 GMT

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

Hallo, ich wollte fragen welcher Arzt Progesteron verschreibt? Im Internet konnte ich nur 100 oder 200mg finden, gibt es auch weniger mg bzw. kann man die Tabletten gut teilen? ...Ansonsten wird überall mit Yamswurzel geworben aber Pilos meinte ja dass das eher wirkungslos ist.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [chess](#) on Thu, 18 Oct 2018 08:50:26 GMT

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

Prog leider nicht gut teilbar, da es keine Tabletten sind, sondern recht kleine runde Kugel-Kapseln. Inhalt ist auch nicht ölig, sondern eher cremig. Daher ziemlich unhandlich. Machbar ist es wohl trotzdem das Prog in kleinere Portionen aus den Kapseln zu teilen. Dazu zitiere ich Pilos

Zitat:https://www.alopezie.de/fud/index.php?t=tree&goto=318036&#msg_318036

unter fließendem Wasser anfeuchten
und auf einer Glas/Porzellan/Edelstahl Unterlage
30 Minuten ruhen lassen

https://www.alopezie.de/fud/index.php?t=tree&goto=245273&#msg_245273

Kapseln vor dem Aufschneiden 24-48h der Luft aussetzen, dadurch werden sie durch die Luftfeuchtigkeit weicher und lassen sich leichter aufzuschneiden.

Zudem gibt es Prog auch als Gel. Allerdings nur mit unhandlichem Dosierspatel statt Dosierspender (da ist bei Estradiol Gel besser)

Willst du e fürs Topical oder Oral/sublingua?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haarsträubend23](#) on Thu, 18 Oct 2018 11:03:39 GMT

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

Hallo chess,
vielen Dank für die schnelle Antwort. Ja würde progi gerne Oral einnehmen, habe aber Angst, dass mich die 100mg umhauen. Zu dem würde mich interessieren, welcher Arzt mir das verschreiben würde ?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [chess](#) on Thu, 18 Oct 2018 11:13:58 GMT

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

100mg waren zumindest für mich
viel zu viel. hatte nach nur einer
Kapsel 2-3 Tage Stechen in der
Brust :(Die Angst ist also durchaus
gerechtfertigt ;)

.mike nimmt wohl 2-3 die Woche
100mg und kommt damit klar.
Reagiert also nicht jeder gleich...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [olezudemle](#) on Thu, 18 Oct 2018 11:50:15 GMT

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

Ich würde mike unter gar keinen Umständen als Referenzpunkt für das eigene
Konsumverhalten nehmen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haarsträubend23](#) on Thu, 18 Oct 2018 13:43:39 GMT

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

Also ist eine topische Anwendung eher besser geeignet (kleinere mengen als 100mg gibt es wohl
nicht außer diesem öl) ? Würde ggf. die Biovea creme holen. Was sind sonst eure
Erfahrungen ?

LG

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Thu, 18 Oct 2018 21:07:22 GMT

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

haarsträubend23 schrieb am Thu, 18 October 2018 13:03Hallo chess,
vielen Dank für die schnelle Antwort. Ja würde progi gerne Oral einnehmen, habe aber Angst,
dass mich die 100mg umhauen. Zu dem würde mich interessieren, welcher Arzt mir das
verschreiben würde ?

:arrow:

https://www.biovea.com/de/product_detail.aspx?PID=1673&deptid=0&cid=0&OS=204&NAME=PROGESTERON-CREME-59ml

1 hub sind 20mg . das genügt normal..abends auf die stirn

alle 2 tage

so in etwa

100mg sublingual würde funktionieren... NIE ORAL
100mg sind aber schon grenzwertig und empfehle ich nicht

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [haarsträubend23](#) on Fri, 19 Oct 2018 09:17:41 GMT

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

Vielen Dank Mike :)

noch ne kleine Frage, wieso nur sublingual und nicht oral ?

LG

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [romue77](#) on Fri, 19 Oct 2018 10:37:59 GMT

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

haarsträubend23 schrieb am Fri, 19 October 2018 11:17noch ne kleine Frage, wieso nur sublingual und nicht oral?

Oral gehen die Wirkstoffe zuerst durch die Leber, sublingual oder transdermal gehen sie direkt ins Blut.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [chess](#) on Fri, 19 Oct 2018 10:42:30 GMT

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

wobei die wirkstoffe übers blut ja letztlich auch zur leber kommen, oder?

ist das dann noch so eine große entlastung für die leber?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Fri, 19 Oct 2018 11:03:55 GMT

haarsträubend23 schrieb am Fri, 19 October 2018 11:17Vielen Dank Mike :)
noch ne kleine Frage, wieso nur sublingual und nicht oral ?

LG

Weil es großteils über die Leber wegmetabolisiert wird und die metabolite nicht mehr den gewünschten Effekt erzielen

Creme ist empfehlenswerter

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Piwie](#) on Tue, 06 Nov 2018 19:37:55 GMT

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

So, kleine laienhafte Zusammenfassung meinerseits. Das sich jeder Interessent alle drei Teile durchliest, ist schon teils ne Zumutung. Was hilft wirklich gegen Aga, bringt Progesteron tatsächlich was? Die Menschheit weiß es trotz Bemühungen einfach nicht, das spiegelt sich hier auch mal wieder klar ab. Neben dem Basiswissen, was man im Internet findet, hier ein paar zusammengetragene Erkenntnisse des 3 Teilers.

Worauf basiert die Annahme es hilft bei Aga

Progesteron ist ein Vorstufen Hormon und im Allgemeinen auch ein sehr nützliches. Interessant (siehe first post) und trägt zu einem gesunden ausgewogenen Hormonhaushalt bei. (auch beim Mann)

Wo bekommt man es her

In Deutschland ist es rezeptpflichtig, ansonsten muss es via Internet, aus dem Ausland bestellt werden. Beispiel für Kapseln -UTROGESTAN 100 mg Weichkapseln, Beispiel für Cremes die Progesteron Creme von Biovea, Beispiel für eine flüssige Variante Onas Natural Progesteron (10%)

Welche Konzentration und Anwendungsintervalle

10-20 mg ist die hier am meisten empfohlene Dosis. 100mg/tgl maximal, ist aber vom Prinzip schon stark überdosiert.

Anwendungspausen einlegen, damit der Körper seine eigene Produktion nicht runterfährt. Heißt, du sollst das Progesteron nicht länger als für 3 Wochen eines Monats benutzen. z.b: 3 on /1 off oder 2 on / 2 off.

Wie benutzen

Sublingual/rektal (Kapseln) oder auf die Kopfhaut (als Lotion, siehe Selbsthilfe) oder auf die Haut

(als Creme), jedoch nicht oral (wegen dem first pass effekt).

Wer Creme hat. am besten auf Stellen am Körper auftragen welche mit besonders dünner Haut gesegnet sind. Also .z.B.: Kniescheibe, Füße bzw. Knöchel, Hände (Handrücken), etc.....oder halt direkt auf dem Kopf.

Bei der Variante über die Haut, dauert es angeblich etwa zwei bis drei Monate, bis die Speicher im Fettgewebe soweit aufgefüllt sind, dass vermehrt Progesteron ans Blut abgegeben wird. Sublingual wird eine Wirkung deutlich schneller eintreten als bei transdermaler Gabe.

Die Körperstellen ab und an wechseln, damit nicht dauerhaft lokal eine hohe Konzentration kumuliert, bei der Kopfhaut ist es anders, da will man sogar das erreichen.

mögliche Nebenwirkungen

ergooglebar und eher nebenwirkungsarm, im Forum wird häufig von einer beruhigenden, ermüdenden Wirkung gesprochen. Häufig wurde auch berichtet, dass sich das allgemeine Hautbild stark verbessert und man maskuliner aussieht. Einige wenige haben ähnliche Symptome wie unter Fin verspürt, bezüglich Augen und Libido.

Wirkung auf den Haarausfall

Der Forenkonsens ist sich hier uneinig, die Studienlage dünn, Ergebnisse noch dünner. Einige wenige berichten von einer guten Wirkung (auch only), andere merken nichts von.

Fazit:

Wohl nur unterstützend in Betracht zu ziehen, Wirkung individuell und bei vielen eher zu gering auf die Aga. Es bleibt wohl nur der nicht ganz risikofreie Selbstversuch.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [xVannes](#) on Tue, 06 Nov 2018 19:54:07 GMT

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

Vielen Dank für diese kompakte Zusammenfassung.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Piwie](#) on Tue, 06 Nov 2018 21:28:36 GMT

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

Auszug aus einer Arbeit von Dr. David Smallbone

Zitat: 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 eine 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 verbesserten Haarwuchs.

Schon schwer da einen Unterschied auszumachen, finde ich. Würde die Sache hier erklären, aber wie soll man das im Einzelfall bestimmen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Piwie](#) on Sun, 18 Nov 2018 01:11:39 GMT

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

Habe mir jetzt auch mal das Progesteronöl 10% von Onas bestellt.

Eine Flasche enthält 56ml • 1 ml enthält 100 mg Progesteron (5680 mg insgesamt) und 100 IU Vitamin E.

Bei einer 10-20mg Dosis macht das demzufolge 0,1 - 0,2ml von dem Öl. Ist echt nen bisschen knifflig die kleine Menge zu händeln.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [egal123](#) on Sun, 18 Nov 2018 09:51:25 GMT

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

Piwie schrieb am Tue, 06 November 2018 22:28 Auszug aus einer Arbeit von Dr. David Smallbone

Zitat: 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 eine 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 verbesserten Haarwuchs.

Schon schwer da einen Unterschied auszumachen, finde ich. Würde die Sache hier erklären, aber wie soll man das im Einzelfall bestimmen.

Da sieht man mal wieder wie ahnungslos Ärzte auf diesem Gebiet sind...

Wenn keine genet. Prädisposition vorliegt, ist es egal, wie viel Testos zu DhT umgewandelt wird ----) denn es gibt keinen Haarausfall...

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Damnithair](#) on Wed, 02 Jan 2019 19:22:10 GMT

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

Wie ist der aktuelle Forenkonsens zu diesem Progi-Öl von Onas?

Einige hier scheinen es jetzt schon eine Weile zu nutzen, taugt das nun was es verspricht?
@Pilos, wurde es inzwischen nochmal gefilzt? ;)

Habe vor demnächst sublingual mit low dose DHEA (2,5mg - 5mg) und Progi (5mg- 10mg) zu starten und würde das Öl aufgrund der geringen Dosierung bevorzugen.
Wenn man nach der Faustregel 1ml = 20 Tropfen geht, dürften 5mg - 10mg dann mit 1-2 Tropfen erreicht sein, oder macht das die Konsistenz nicht mit?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [xWannes](#) on Mon, 07 Jan 2019 23:30:45 GMT

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

Habe mir jetzt das Progesteron-Kokosöl von Ona in der Sprühflasche bestellt.
Das scheint mir mit 6mg pro Sprühstoß sehr gut dosierbar, außerdem mag ich Kokosöl geschmacklich.
Zusätzlich gibt es das gerade zum Aktionspreis.

1) Möchte mit der Findosis mittelfristig auf 0,1-0,2mg ED heruntergehen und in Ergänzung testweise 6-18mg Progesteron hinzunehmen. Zuvor soll auch endlich Mal mein Hormonstatus bestimmt werden. (Habe den Verdacht, dass ich wegen zu niedrigem P4 chronisch leicht depressiv-antriebslos bin.)

Ist das Unfug oder kann das im Hinblick auf Haar und Wohlbefinden funktionieren?

2) Ein anderer, hier noch nicht diskutierter Aspekt:
Kann der entwässernde, definierende Effekt von P4 womöglich auch dem gegenläufigen Effekt oraler Minoxidil-Einnahme entgegenwirken?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [Pandemonium](#) on Tue, 08 Jan 2019 08:50:46 GMT

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

xWannes schrieb am Tue, 08 January 2019 00:302) Ein anderer, hier noch nicht diskutierter Aspekt:
Kann der entwässernde, definierende Effekt von P4 womöglich auch dem gegenläufigen Effekt oraler Minoxidil-Einnahme entgegenwirken?
Bemerkst du da denn einen gegenläufigen Effekt? Da kann man sich aber auch schnell etwas einbilden, vor allem im Gesicht. Dann würde ich eher mit dem oralen Minox herunterdosieren anstatt noch ein weiteres Medikament ins Boot zu holen.

Wäre vielleicht sinnvoller das in deiner Ärzteschaft zu besprechen als hier im Forum zu fragen. ;)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [xWannes](#) on Tue, 08 Jan 2019 09:57:17 GMT

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

Pandemonium schrieb am Tue, 08 January 2019 09:50xWannes schrieb am Tue, 08 January 2019 00:30) Ein anderer, hier noch nicht diskutierter Aspekt:

Kann der entwässernde, definierende Effekt von P4 womöglich auch dem gegenläufigen Effekt oraler Minoxidil-Einnahme entgegenwirken?

Bemerkst du da denn einen gegenläufigen Effekt? Da kann man sich aber auch schnell etwas einbilden, vor allem im Gesicht. Dann würde ich eher mit dem oralen Minox herunterdosieren anstatt noch ein weiteres Medikament ins Boot zu holen.

Wäre vielleicht sinnvoller das in deiner Ärzteverwandtschaft zu besprechen als hier im Forum zu fragen. ;)

Nein, bzw. nicht mehr; anfangs hatte ich für einige Wochen leichte Papelnbildung an der Stelle höchsten hydrostatischen Drucks, den Knöcheln.

Außerdem habe ich leichtes Übergewicht bei rel. hohem Körperfettanteil, sodass ich einen aufschwemmenden Effekt nicht so direkt bemerke.

Ja, in der Familie gibt es Ärzte, nur sind die auch keine Endokrinologen, bzw. haben sie nicht regelmäßig mit Progesteron zu tun. Den Progesteron-Anwendern hier im Forum traue ich indes anekdotisches Erfahrungswissen zu... das freilich keine Evidenz zulässt. ;)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [xWannes](#) on Fri, 18 Jan 2019 10:42:32 GMT

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

xWannes schrieb am Tue, 08 January 2019 00:30Habe mir jetzt das Progesteron-Kokosöl von Ona in der Sprühflasche bestellt.

Habe abends eine initial-hohe Testdosis von 30mg auf Arme und Bauch einmassiert.

Gut geschlafen und am ganzen nächsten Tag subtile Müdigkeit, ohne nichts mehr auf die Kette zu bringen. Mittags ein Nickerchen gemacht und ganz schnell ganz tief weggewesen. In puncto Schlaf(verbesserung) bei mir auf jeden Fall schon einmal potent.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Pandemonium](#) on Fri, 18 Jan 2019 14:19:38 GMT

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

xWannes schrieb am Fri, 18 January 2019 11:42xWannes schrieb am Tue, 08 January 2019 00:30Habe mir jetzt das Progesteron-Kokosöl von Ona in der Sprühflasche bestellt.

Habe abends eine initial-hohe Testdosis von 30mg auf Arme und Bauch einmassiert.

Gut geschlafen und am ganzen nächsten Tag subtile Müdigkeit, ohne nichts mehr auf die Kette zu bringen. Mittags ein Nickerchen gemacht und ganz schnell ganz tief weggewesen. In puncto Schlaf(verbesserung) bei mir auf jeden Fall schon einmal potent.

Aber du wolltest ja eher das Gegenteil, nämlich eine Antriebssteigerung, oder? ;)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [xWannes](#) on Fri, 18 Jan 2019 16:16:33 GMT

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

Pandemonium schrieb am Fri, 18 January 2019 15:19Aber du wolltest ja eher das Gegenteil, nämlich eine Antriebssteigerung, oder? ;)

Exakt. Hatte diesen Winter aber auch wohl zu spät Vitamin D3 supplementiert.

Nach zeitversetzt 2 * Dekristol (20k IE) geht es mir aktuell schon besser.

(Info zu Dekristol)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Mlecko](#) on Tue, 05 Feb 2019 13:30:56 GMT

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

Ist es noch Stand der Technik sich Progesteron an die Brust zu schmieren, um einer Gynäkomastie vorzubeugen?

Habe das mal hier irgendwo aufgeschnappt.

Seitdem ich Dut nehme, mache ich mir da etwas Sorgen und möchte auf Nummer sicher gehen.

Macht also Sinn oder? Ok :thumbup:

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Nomadd](#) on Tue, 05 Feb 2019 14:37:49 GMT

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

xWannes schrieb am Fri, 18 January 2019 17:16Pandemonium schrieb am Fri, 18 January 2019 15:19Aber du wolltest ja eher das Gegenteil, nämlich eine Antriebssteigerung, oder? ;)

Exakt. Hatte diesen Winter aber auch wohl zu spät Vitamin D3 supplementiert.

Nach zeitversetzt 2 * Dekristol (20k IE) geht es mir aktuell schon besser.

(Info zu Dekristol)

Ich benutze 5.000er und 10.000er von Healthy Origins und bestelle diese bei iherb.

Die 20.000er von Dekristol habe ich 'ne Zeitlang genommen, als ich starken Mangel hatte, aber die Kopfschmerzen davon sind schon "heavy"....

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [xWannes](#) on Thu, 14 Feb 2019 08:35:00 GMT

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

Ist dieser Artikel hier bekannt und wurde schon einmal diskutiert?

Trifft es noch den aktuellen Stand der Forschung?

Lohnt es sich, ihn komplett zu lesen?

Oettel, M. & A. K. Mukhopadhyay (2004): Progesterone: the forgotten hormone in men.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike](#) on Thu, 14 Feb 2019 09:26:33 GMT

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

xWannes schrieb am Thu, 14 February 2019 09:35

Lohnt es sich, ihn komplett zu lesen?

ja

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [tobias90](#) on Tue, 05 Mar 2019 22:37:25 GMT

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

Hey zusammen,

da das Minoxidil sowie die Ket-Lotion anscheinend in meinem Fall nicht ausreichend sind, um den Haarausfall zu stoppen und mir Finasterid irgendwie weiterhin zu kritisch ist, würde ich es gerne mit Progesteron versuchen. Ich habe mir bereits den gesamten Thread durchgelesen, blicke bei der Thematik jedoch immer noch nicht ganz durch. Von daher hoffe ich, dass ihr mir folgende Fragen beantworten könnt:

1. Soll ich mir das Progesteron-Öl oder die Creme kaufen?
2. Was ist DHEA und wofür benötige ich es?
3. Muss ich neben dem Progesteron noch etwas nehmen?

Ich bedanke mich im voraus :)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Westhair](#) on Wed, 06 Mar 2019 06:10:34 GMT

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

Progesteron Creme, lass DHEA weg, und meiner Meinung nach ist Progesteron eher ne Ergänzung zu fin oder RU, alleine reicht's nur bei milder AGA zumindest in Form von der Creme.

Probier lieber RU wenn du kein Fin nehmen willst

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Fliesengott](#) on Wed, 06 Mar 2019 10:08:03 GMT

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

Warum kein dhea?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Westhair](#) on Wed, 06 Mar 2019 19:02:40 GMT

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

Gegenfrage: Warum DHEA nehmen?

Mike hat's auch abgesetzt... Ich wollte es mal nehmen, hab's sogar Zuhause. Aber unter Umständen kann's sogar aga triggern, aber habe einfach zu wenig Durchblick bzw verstehe nicht was das im Hormonsystem verändert, deshalb nehme ich es nicht

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Wed, 06 Mar 2019 19:09:25 GMT

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

westo schrieb am Wed, 06 March 2019 20:02Gegenfrage: Warum DHEA nehmen?

Mike hat's auch abgesetzt... Ich wollte es mal nehmen, hab's sogar Zuhause. Aber unter Umständen kann's sogar aga triggern, aber habe einfach zu wenig Durchblick bzw verstehe nicht was das im Hormonsystem verändert, deshalb nehme ich es nicht

Ich werde es vermutlich wieder nehmen

Ich habe starke DHT entzugserscheinungen

100mg P4 und 100mg 7keto-dhea und hieheres cortisol bei niedrigem ACTH sind Fuer mich Grund genug, exogen Dhea 50mg alle 2 Tage zu nehmen

Dhea und DHT Schaden den Haaren nicht.. Im Gegenteil

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Wed, 06 Mar 2019 19:11:52 GMT

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

Progesteron ist sowieso produktiv..

Sollte aber nicht zu lange bei exogen 100mg sein

25mg waren ok

Zuviel senkt LH, das ist mir passiert

Spruch, es senkt Testosteron zu DHT mit. Bei zu lange zu hoch....

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Westhair](#) on Wed, 06 Mar 2019 19:29:05 GMT

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

Mike was sollte man bei niedrigem T, niedrigem Cortisol und ACTH Wert tun?

DHT ist bei mir auch niedrig wegen Fina.

E2 bei 25pg

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Wed, 06 Mar 2019 21:45:54 GMT

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

westo schrieb am Wed, 06 March 2019 20:29Mike was sollte man bei niedrigem T, niedrigem Cortisol und ACTH Wert tun?

DHT ist bei mir auch niedrig wegen Fina.

E2 bei 25pg

viel P4 erhöht Cortisol und senkt T (schlecht)

Cortisol braucht man nicht erhöhen

P4 sollte fein dosiert werden... bis 25mg oder/und on/off

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Thu, 07 Mar 2019 11:48:43 GMT

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

westo schrieb am Wed, 06 March 2019 20:29Mike was sollte man bei niedrigem T, niedrigem Cortisol und ACTH Wert tun?

DHT ist bei mir auch niedrig wegen Fina.

E2 bei 25pg

Meiner Erfahrung nach und der einiger Mitglieder aus dem Ray peat Forum zeigt sich, dass Progesteron bei allgemein hohem T ziemlich schnell senkend wird, aber gerade in kleinen Mengen, nicht täglich kann Progesteron bei einigen Leuten T deutlich erhöhen.

Meine Empfehlung wären 5 mg Progi E2D und vielleicht 1-2 mg DHEA E2D dazu. Mengen von 10-20 mg können ganz schnell in die gleiche Richtung gehen und werden auf kurz oder lang T und DHT Drücken, da führt fast kein weg dran vorbei. Bei kleinen Mengen sieht das durchaus anders aus.

Wäre bei dir einen Versuch Wert. Wie gesagt, gerade bei Männern mit niedrigem T kann Progesteron mit ein wenig DHEA eine sinnvolle Methode sein.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Thu, 07 Mar 2019 11:50:10 GMT

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

Obes89 schrieb am Thu, 07 March 2019 12:48westo schrieb am Wed, 06 March 2019 20:29Mike was sollte man bei niedrigem T, niedrigem Cortisol und ACTH Wert tun?

DHT ist bei mir auch niedrig wegen Fina.

E2 bei 25pg

Meiner Erfahrung nach und der einiger Mitglieder aus dem Ray peat Forum zeigt sich, dass Progesteron bei allgemein hohem T ziemlich schnell senkend wird, aber gerade in kleinen Mengen, nicht täglich kann Progesteron bei einigen Leuten T deutlich erhöhen.

Meine Empfehlung wären 5 mg Progi E2D und vielleicht 1-2 mg DHEA E2D dazu. Mengen von 10-20 mg können ganz schnell in die gleiche Richtung gehen und werden auf kurz oder lang T und DHT Drücken, da führt fast kein weg dran vorbei. Bei kleinen Mengen sieht das durchaus anders aus.

Wäre bei dir einen Versuch Wert. Wie gesagt, gerade bei Männern mit niedrigem T kann Progesteron mit ein wenig DHEA eine sinnvolle Methode sein.

Also ich selbst hatte bei 5 mg Progi E2D letzten Sommer einen eindeutigen Testo und DHT Schub. Bart Wuchs viel schneller und kräftiger, etwas mehr Pickel und auf jeden Fall erhöhte Aggression und Leistungsfähigkeit. Jetzt wirkt es soi allerdings nicht mehr, da meine ganzen Hormone jetzt wieder im Lot sind und T Hoch.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 07 Mar 2019 16:59:02 GMT

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

Also irgendwie verstehe ich nur noch Bahnhof. Ich dachte Progesteron sei gut für die Haare und nun lese ich, dass Testosteron steigt. Gerade das ist doch bei aga nicht gut oder verstehe ich da was nicht richtig? Ich nehme alle 2 Tage die Creme von biovea seit 1 Monat. Wirklich merken tu ich aber nichts.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Sigara](#) on Thu, 07 Mar 2019 22:43:53 GMT

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

Komisch bei mir wird die Haut, trotz höhere Dosis viel reiner durch P4.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Obes89](#) on Thu, 07 Mar 2019 22:50:13 GMT

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

Fliesengott schrieb am Thu, 07 March 2019 17:59Also irgendwie verstehe ich nur noch Bahnhof. Ich dachte Progesteron sei gut für die Haare und nun lese ich, dass Testosteron steigt. Gerade das ist doch bei aga nicht gut oder verstehe ich da was nicht richtig? Ich nehme alle 2 Tage die Creme von biovea seit 1 Monat. Wirklich merken tu ich aber nichts.

Das ganze ist auch nicht immer ganz einfach, und theoretisch sollte man an Hormonschrauben nur Drehen wenn man regelmäßig mit Blutbildern überwacht was dabei raus kommt. Allerdings kann man vieles auch mit der Zeit durch Erfahrungswerte steuern und schauen wie der Körper reagiert, was sich verändert, körperlich und psychisch. Einige ärzte behandeln mit Hormonen auch nicht nur in dem sie Blutbilder und Hormonwerte beachten, sondern danach, ob sich jemand wohlfühlt.

Und Hormone wie Progesteron wirken in verschiedenen Dosierungen auf unterschiedliche Art und Weise und es ist auch davon abhängig, wie deine derzeitige Hormonelle Situation, Gesundheit usw. aussieht.

Bei jemandem mit sehr hohem T wird Progi dieses schnell drücken, bei jemandem mit geringem T können kleine Mengen Progi aber durchaus förderlich wirken um dieses zu erhöhen. Wie ich schon meinte, war es bei mir letzten Sommer so, dass 5 mg Progi E2D definitiv und merklich T und DHT erhöht haben. Jetzt ist das ganze nicht mehr der Fall da meine Hormone und Androgene so schon auf einem hohen Niveau sind.

Man muss eben rum testen. Genauso sind hohe Mengen DHEA bei den meisten Personen problematisch, da sie E2 fast immer erhöhen. Wenn man z. B. übergewicht ist, viel stress hat und allgemein nicht besonders Fit und Gesund ist, dann ist die Chance äußerst gering das durch Mengen von 20-50 mg DHEA nicht krasse E2 Probleme auftreten. Jemand mit wenig Körperfett (im Bereich von 10-12%) guter Gesundheit und wenig Stress, hat hier bessere Chancen.

Als weiteres Beispiel. Bei mir wirkte letzten Sommer Progi wie gesagt sehr gut. Eine Zeit lang nahm ich auch 2-3 mg DHEA dazu. Ich hatte nach kürzester Zeit hohe E2 Erscheinungen. Puffy Nipples, aufsteigende Hitze und plötzliche Sozialphobie (zu letzterem neige ich null und bin auch jetzt wieder das komplette Gegenteil).

Jetzt kann ich mehr DHEA auftragen und habe keine derartigen Probleme.

Also wie du siehst gibt es viele Variablen, die darüber entscheiden was in welcher Menge, wie auf dich wirkt. Und steigendes Testosteron ist nicht einfach nur schlecht für die Haare.

Und kurze Anmerkung zu der Creme von Biovea. Von Progi Cremes habe ich auch nichts gemerkt, von den Progi Öl von Onas sofort über Sublinguale Aufnahme. Jetzt merke ich die Progi Einnahme an meiner Haut, es liftet und verjüngt innerhalb kürzester Zeit. Aber auch hier ist wieder wichtig, je nach dem wie dein Hormonprofil aussieht merkst du mal aktiv etwas von einem Hormon das du exogen zuführst und mal nicht. Letztes Jahr bekam ich durch Progi teils einen krassen Schub in Motivatio und Laune und war unfassbar gut drauf nach der Einnahme. Derartiges bemerke ich nun gar nicht mehr, einfach da ich jetzt wieder allgemein ein starkes und gesünderes Hormongefüge habe und alles Top ist.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Forschi](#) on Sun, 28 Apr 2019 15:44:46 GMT

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

Welche Tests sind denn aussagekräftig?

Blut? Speichel?

Habe noch Creme hier von piping rock.

Hab mal test mäßig aufgetragen und nach kurzer Zeit mich ziemlich entspannt und gut gefühlt.

Gegen Abend dann aber total unruhig geworden.

Gibt es eigentlich was frei verkäufliches das cortisol runterfährt und wirklich wirkt ?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Sun, 28 Apr 2019 17:16:32 GMT

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

Forschi schrieb am Sun, 28 April 2019 17:44

Gibt es eigentlich was frei verkäufliches das cortisol runterfährt und wirklich wirkt ?

ich meine, dass mit der zeit CRH und ACTH ein bisschen runterfahren..sodass das gleichgewicht

wieder hergestellt wird

DHEA, ACTH und Cortisol würde ich jedenfalls per Blutuntersuchung/ECLIA testen

P4, T und E2 natürlich auch

Cortisol würde ich pers. nicht mit Gewalt senken wollen...es macht mehr Probleme, wenn zuwenig da ist

bei 20mg Cremes wird nicht viel passieren, was Cortisol etc angeht...

100mg> wird interessant... da muss man dann sowieso mehr Sachen dazunehmen, um die Balance zu erhalten..tut eh keiner ausser ich

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Forschi](#) on Mon, 29 Apr 2019 06:34:48 GMT

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

Ok danke.

Irgendwie komisch das Zeug.

Nach dem auftragen föhl ich mich gut und besser, dafür abends gestresst und depri.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Mlecko](#) on Thu, 02 May 2019 17:51:32 GMT

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

Ich habe mal mein Progesteron messen lassen. Der Wert liegt bei 0,88 µg/l (Normwert <0.15). Die Creme von Biovea scheint wohl etwas zu bringen. Schmiere immer einen halben Monat lang. Den Haaren hats bis jetzt aber noch nichts genützt.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Thu, 02 May 2019 19:09:42 GMT

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

Mlecko schrieb am Thu, 02 May 2019 19:51Ich habe mal mein Progesteron messen lassen. Der Wert liegt bei 0,88 µg/l (Normwert <0.15). Die Creme von Biovea scheint wohl etwas zu bringen. Schmiere immer einen halben Monat lang. Den Haaren hats bis jetzt aber noch nichts genützt.

Danke ;) :thumbup:

0,88 ng/ml ist okay
ein bisschen über dem Durchschnitt (0,5 ng/ml)

wie viel nimmst Du?

mehr wie 2 ng/ml sollte dann eh nicht erreicht werden..das wäre ein Frauenwert und könnte LH beeinflussen

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [Forschi](#) on Thu, 02 May 2019 20:30:49 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was bringt es dir denn?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [Mlecko](#) on Fri, 03 May 2019 07:02:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Thu, 02 May 2019 21:09Mlecko schrieb am Thu, 02 May 2019 19:51Ich habe mal mein Progesteron messen lassen. Der Wert liegt bei 0,88 µg/l (Normwert <0.15). Die Creme von Biovea scheint wohl etwas zu bringen. Schmiere immer einen halben Monat lang. Den Haaren hats bis jetzt aber noch nichts genützt.
Danke ;) :thumbup:

0,88 ng/ml ist okay
ein bisschen über dem Durchschnitt (0,5 ng/ml)

wie viel nimmst Du?

mehr wie 2 ng/ml sollte dann eh nicht erreicht werden..das wäre ein Frauenwert und könnte LH beeinflussen

20 mg trage ich auf der Haut auf. 2 Wochen lang, danach wieder 2 Wochen Pause.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike](#) on Fri, 03 May 2019 08:19:39 GMT

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

Mlecko schrieb am Fri, 03 May 2019 09:02mike. schrieb am Thu, 02 May 2019 21:09Mlecko schrieb am Thu, 02 May 2019 19:51Ich habe mal mein Progesteron messen lassen. Der Wert liegt bei 0,88 µg/l (Normwert <0.15).

Die Creme von Biovea scheint wohl etwas zu bringen. Schmiere immer einen halben Monat lang. Den Haaren hats bis jetzt aber noch nichts genützt.

Danke ;) :thumbup:

0,88 ng/ml ist okay

ein bisschen über dem Durchschnitt (0,5 ng/ml)

wie viel nimmst Du?

mehr wie 2 ng/ml sollte dann eh nicht erreicht werden..das wäre ein Frauenwert und könnte LH beeinflussen

20 mg trage ich auf der Haut auf. 2 Wochen lang, danach wieder 2 Wochen Pause.

Danke :thumbup:

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Forschi](#) on Mon, 06 May 2019 11:37:14 GMT

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

Stimmt es das Hormon Tests eher nicht viel aussagen weil man nicht weiß wie es im Gewebe aussieht?

Und was denkt ihr sind die Gründe für zu wenig Progesteron und zuviel Östrogen?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Haar2O](#) on Mon, 06 May 2019 12:29:49 GMT

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

Forschi schrieb am Mon, 06 May 2019 13:37 Stimmt es das Hormon Tests eher nicht viel aussagen weil man nicht weiß wie es im Gewebe aussieht?

Davon kann man ausgehen.

Zumindest gibt es keinen Nachweis dafür dass bestimmte Serumwerte in irgendeiner direkten Verbindung mit AGA stehen. Korrelationen gibt's aber einige....

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Forschi](#) on Mon, 06 May 2019 14:54:31 GMT

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

Ja. Die Frage ist dann wie man alles ins Lot bekommt .

Was wirft die Hormone aus der Bahn?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Major](#) on Wed, 08 May 2019 11:47:03 GMT

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

Hi,

gibt es irgendwo eine Progesteron Anwendungsanleitung?

Mischt ihr es oder tragt ihr die Creme einfach auf die Haut auf?

Ich habe von Biovea die Creme.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Piwie](#) on Sun, 19 May 2019 13:49:05 GMT

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

Ist Progesteron eigentlich wie 2015 behauptet wurde als adäquater Finasterid Ersatz vom Tisch?

Demzufolge müsste es ja sehr zuverlässig Wirkung zeigen. Vielleicht waren die 90 % aber auch zu euphorisch.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Sun, 19 May 2019 14:10:30 GMT

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

Piwie schrieb am Sun, 19 May 2019 16:49Ist Progesteron eigentlich wie 2015 behauptet wurde als adäquater Finasterid Ersatz vom Tisch?

Demzufolge müsste es ja sehr zuverlässig Wirkung zeigen. Vielleicht waren die 90 % aber auch zu euphorisch.

eher euphorisch die 90%

weil das 17-OHP der hemmer sein soll...das problem 17-OHP ist gleichzeitig vorläufer für androgene

auch ist die frage ob das OHP nennenswert in der haut entsteht

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Sonic Boom](#) on Sun, 19 May 2019 14:10:59 GMT

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

Zitat:Ich habe von Biovea die Creme.

Die bekommt man bei Biovea ohne Rezept, gelle?

Nimm man da die besser für Frauen oder für Männer???

(Hatte eine mal von amazon)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Sun, 19 May 2019 14:20:33 GMT

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

Major schrieb am Wed, 08 May 2019 14:47Hi,

gibt es irgendwo eine Progesteron Anwendungsanleitung?

Mischt ihr es oder tragt ihr die Creme einfach auf die Haut auf?

Ich habe von Biovea die Creme.

ich finde diese zu dünn und träger lausig

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [krx](#) on Thu, 15 Aug 2019 12:52:14 GMT

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

Wie sind die Erfahrungen mit Progesteron, - überlege das topisch auf meine Tonsur zu schmieren.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Westhair](#) on Thu, 15 Aug 2019 15:21:39 GMT

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

krx schrieb am Thu, 15 August 2019 14:52Wie sind die Erfahrungen mit Progesteron, - überlege das topisch auf meine Tonsur zu schmieren.

Prog only wird dir denke ich keinen relevanten Neuwuchs geben, zumal du NW7 bist

Aber probieren geht über studieren

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Thu, 15 Aug 2019 15:36:07 GMT

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

es gibt keine nennenswert studie mit haar davon

und das zeug liegt quasi auf der strasse und keine studie...

https://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&th=30563&goto=384852&#msg_384852

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Westhair](#) on Thu, 15 Aug 2019 17:41:12 GMT

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

Wie schätzt du es denn ein pilos?

Probiere es gerade oral

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Thu, 15 Aug 2019 17:55:09 GMT

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

habe noch keine haare davon gesehen

und es ist ein mittel welches jeder bekommen kann

aber pustekuchen...sonst würden die leute nicht für teures geld die anderen mitteln wo auch immer besorgen

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [Fliesengott](#) on Thu, 15 Aug 2019 18:49:42 GMT

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

Was ist eigentlich besser: 14tage on 14 Tage Off oder jeden zweiten Tag nur Prog?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [pilos](#) on Thu, 15 Aug 2019 19:18:20 GMT

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

Fliesengott schrieb am Thu, 15 August 2019 21:49Was ist eigentlich besser: 14tage on 14 Tage Off oder jeden zweiten Tag nur Prog?
ich denke bei progy ist das nicht erforderlich

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [Fliesengott](#) on Fri, 16 Aug 2019 02:17:52 GMT

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

Hm okay, warum nicht? Habe es schon diverse Male so bei anderen Usern gelesen (was ja nicht richtig sein muss). Hatte was von Gewöhnungseffekt gelesen bzw.dass der Körper irgendwann dann kein Progesteron mehr produziert...)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)
Posted by [Piwie](#) on Sun, 18 Aug 2019 02:26:00 GMT

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

Ja wochenweise, mehrere on dann off, wurde damals empfohlen. Manche wenige scheinen es auch konstant zu nehmen.... so richtig steigt doch keiner dahinter.

Hängt auch von der Menge ab. <10mg ist täglich wohl unbedenklich. >20, 50 oder gar 100mg sollte kurweise geschehen.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Wed, 01 Jan 2020 19:02:01 GMT

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

gibt es noch jemanden von euch der progesteron derzeit nimmt und erfolge erzielen konnte?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Wed, 01 Jan 2020 20:57:32 GMT

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

Bauo schrieb am Wed, 01 January 2020 20:02 gibt es noch jemanden von euch der progesteron derzeit nimmt und erfolge erzielen konnte?

ich nehme es noch immer.. seit jahren

ca 3x pW 100mg sublingual abends

wie pilos oben erwähnt hat.. 17ohp(4) ist interessant.. zu messen, da die hemmwirkung und Androstendion (falls das erhöht ist, wird es vermutl. kontraproduktiv)

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Bauo](#) on Mon, 02 Mar 2020 15:31:24 GMT

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

haltet ihr es eigentlich für möglich, dass progesteron für zahnfleischrückgang/-schwund verantwortlich sein kann?

ich beobachte das derzeit bei mir. an der mundhygiene oder sonstiges liegt es jedenfalls nicht, wie mir mein zahnarzt bestätigt auch hat.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [OnkelDonald](#) on Sun, 29 Mar 2020 19:06:52 GMT

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

Wie sind eigentlich die Erfahrungen/Empfehlungen bzgl. Dermaroller vor dem Auftragen von Progesteron?

Hab mir jetzt eine Mischung aus Ket-Creme, Isopropanol und Ona's Progesteron-Öl (3% zur

äußerlichen Anwendung) gemacht und würde gern wissen, ob man da zur besseren Penetration vorher mit einem 0,75mm Dermaroller rollen darf. Oder spricht etwas dagegen?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Fliesengott](#) on Sun, 29 Mar 2020 19:56:41 GMT

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

0,75mm ist schon Recht tief nur zum besseren penetrieren. Man sagt eigentlich 0,25 bis 0,5mm.

Wieso hast du dir das Öl und nicht die Creme geholt?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [OnkelDonald](#) on Sun, 29 Mar 2020 20:05:21 GMT

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

Fliesengott schrieb am Sun, 29 March 2020 21:56, 0,75mm ist schon Recht tief nur zum besseren penetrieren. Man sagt eigentlich 0,25 bis 0,5mm.

Ja, 0,5mm hätte ich auch hier. Wenn 0,75mm zu tief ist... ich wollte halt möglichst viel damit erreichen ;) Vom Gefühl (und Hautbild) unterscheiden sich die beiden kaum

Zitat: Wieso hast du dir das Öl und nicht die Creme geholt?

Ich bin second hand sehr günstig daran gekommen und wollte daher erst mal damit starten.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [xWannes](#) on Mon, 30 Mar 2020 15:20:37 GMT

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

Ketoconazol willst du nicht wirklich systemisch zuführen. Beim Rollern mit 0,75mm bist du da hart an der Grenze.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Mon, 30 Mar 2020 16:02:10 GMT

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

Fliesengott schrieb am Sun, 29 March 2020 22:56

Wieso hast du dir das Öl und nicht die Creme geholt?

im öl ist es doch 10% oder so...in der creme 0,75% oder 1,25% oder so ähnlich

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Fliesengott](#) on Mon, 30 Mar 2020 16:03:44 GMT

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

Hmmm, in der Creme sind doch auch 10%, zumindest in der onas. In der von biovea sind es viel weniger, 20mg auf 1,1g.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [OnkelDonald](#) on Mon, 30 Mar 2020 16:24:05 GMT

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

pilos schrieb am Mon, 30 March 2020 18:02Fliesengott schrieb am Sun, 29 March 2020 22:56

Wieso hast du dir das Öl und nicht die Creme geholt?

im öl ist es doch 10% oder so...in der creme 0,75% oder 1,25% oder so ähnlich

Also ich hab dieses hier, also scheinbar gibt es auch eine Version mit 3%

<https://www.onasnatural.de/collections/ona-natural-progesteron-creme/products/progesterone-oil-3-spray-113ml>

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Flace](#) on Tue, 31 Mar 2020 09:12:36 GMT

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

Hey Ihr lieben,

Ich habe nun versucht mir ein bisschen Klarheit zu verschaffen über die ganze Lage mit Prog und bin echt verwirrt, nachdem ich Teil 1-3 nun durchgelesen habe. Vielleicht kann mir jemand meine Fragen beantworten und vielleicht bringt das auch den anderen verwirrten Leuten hier etwas:

1. Prog hat positive Auswirkungen auf Hautbild, generellen Gefühlszustand und teilweise auch sportliche Ausdauer und Kraft, richtig?

2. Was sind die bekannten NWs

3. Welcher Mix mit welchem Prog wird empfohlen?

Ultrogestan, wenn ja wie am besten Anwenden?

Das 3% oder 10% Öl von Ona? Wenn ja wie am besten Anwenden? Wie mixt man da was zusammen?

Biovea Creme? Hat da jemand Erfolge?

Wie groß sind die ANDEREN Vorteile von Prog bei jeder dieser Versionen?

4. Gibt es tatsächliche Erfahrungsberichte mit vorher - nachher Bildern? Dann am besten auch

mit Anwendung.

Vielleicht können wir das ganze damit etwas aufklären das wär richtig cool, danke!

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Knorkell](#) on Wed, 01 Apr 2020 08:52:06 GMT

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

Sind die Progesterone Cremes und Öle von dieser Ona Seite zu empfehlen für unsere Zwecke?

Ist der Shop denn zuverlässig?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Rick Lafleur](#) on Sun, 17 May 2020 12:54:21 GMT

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

Wenn man sich hier so alles über Progesteron durchliest...

... viele berichten hier als Wirkung in Bezug auf die Haare auch, dass es entwässernd wirkt, stimmungsaufhellend, Reduzierung des Brustgewebes...

widerspricht dann folgendes nicht dem Ganzen?!

Quelle: www.anabolika-experten.de/progesteron

Nebenwirkungen

Im Bodybuilding verursacht Progesteron eine Zunahme bzw. ein schnelleres Auftreten von östrogenbedingten Nebenwirkungen wie Gynäkomastie (Brustdrüsenwachstum beim Mann), Wassereinlagerungen, Stimmungsschwankungen, Libidoverlust sowie erektile Dysfunktion. Dazu kommt noch die Progesteronwirkung selbst, eine Erhöhung von Prolaktin, was zum Laktieren der Brustdrüsen führt (auf Deutsch gesagt: Milch schießt ein, sehr unangenehm für Männer)...

Oder von welchen Dosierungen sprechen wir hier?

***Edit, das Zitat wurde gekürzt. Siehe bitte hier:

https://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&th=19359&goto=206620&#msg_206620 ***

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [Piwie](#) on Mon, 15 Jun 2020 22:12:13 GMT

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

Rick Lafleur schrieb am Sun, 17 May 2020 14:54

Quelle: www.anabolika-experten.de/progesteron

Nebenwirkungen

Im Bodybuilding verursacht Progesteron eine Zunahme bzw. ein schnelleres Auftreten von östrogenbedingten Nebenwirkungen wie Gynäkomastie (Brustdrüsenwachstum beim Mann), Wassereinlagerungen, Stimmungsschwankungen, Libidoverlust sowie erektile Dysfunktion. Dazu kommt noch die Progesteronwirkung selbst, eine Erhöhung von Prolaktin, was zum Laktieren der Brustdrüsen führt (auf Deutsch gesagt: Milch schießt ein, sehr unangenehm für Männer)...

Oder von welchen Dosierungen sprechen wir hier?

***Edit, das Zitat wurde gekürzt. Siehe bitte hier:

https://www.alopezie.de/fud/index.php?t=msg&th=19359&goto=206620&#msg_206620 ***

von 10-20 mg/tgl und das Phasenweise on/off

Das hat bei Männern laut diverser Fachlektüre keinen negativen Einfluss. Ob es gegen Aga was bringt? Nun ja, zumindest in der Theorie. (Progesteron= ein Gegenspieler von Östrogen und Progesteron blockt teils die Produktion von DHT.) Wahrscheinlich macht sich das bei Mengen von 100mg schon eher bemerkbar, das wäre dann schon grenzwertiger. Man weiß ja auch nie wie der Körper das individuell umwandelt.

Je nachdem wo du liest, wirst du recht einseitige Behauptungen vorfinden. Ich sag mal an vielen ist was dran, aber man weiß einfach noch nicht alles genaustens. Eigentlich sagt man, Progesteron hat keine verweiblichende Wirkung auf Männer.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [xWannes](#) on Tue, 16 Jun 2020 06:56:38 GMT

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

Kann nicht auch der Typ an Progesteronrezeptor Einfluss nehmen?

Hier gibt es ja gerade bei Europäern diverse Typen, zum Teil vom Neanderthaler geerbt.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [solinco](#) on Mon, 25 Sep 2023 21:02:24 GMT

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

Welche Bezugsquellen gibt es denn aktuell für Progesteron in Kapselform geeignet für sublinguale Anwendung? In Deutschland sind sämtliche Progesteron Produkte rezeptpflichtig.

Wäre Klasse, wenn mir hier jemand weiterhelfen könnte.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Mon, 25 Sep 2023 21:53:54 GMT

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

solinco schrieb am Mon, 25 September 2023 23:02 Welche Bezugsquellen gibt es denn aktuell für Progesteron in Kapselform geeignet für sublinguale Anwendung? In Deutschland sind sämtliche Progesteron Produkte rezeptpflichtig.

Wäre Klasse, wenn mir hier jemand weiterhelfen könnte.

die kapseln sind riesig...nix sublingual

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [solinco](#) on Tue, 26 Sep 2023 05:29:20 GMT

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

Hab das so verstanden, dass man die einfach aufbricht.

Was eignet sich denn für sublinguale Einnahme und genauso wichtig: woher bekommt man das?

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [pilos](#) on Tue, 26 Sep 2023 08:01:12 GMT

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

lieber transdermal als sublingual

sublingual ist hype....schon immer gewesen

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [mike.](#) on Tue, 26 Sep 2023 08:32:56 GMT

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

Finde ich auch.

Zur Not kann man die Kapseln aufstechen, falls man keine Creme bekommt. 1 bis 2 ng/ml P4 könnten dann schon messbar sein.

Sublingal macht ziemliche peaks. Transdermal macht im Laufe der Zeit Depots... das ist viel angenehmer.

Subject: Aw: Progesteron-Thread - Progesteron als Fin-Ersatz... (Teil 3)

Posted by [hpb123](#) on Sun, 14 Apr 2024 08:18:57 GMT

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

hey Leute, wollte nur kurz meine (Kurzzeit-)Erfahrung mit topical Progesteron teilen, eventuell für einige mal interessant.

Habe Progesteron Creme 2% probiert (täglich 0.6g in die Haare/betroffenen Stellen geschmiert). Ich habe dies allerdings nur 2 Tage getan.

Meine Progesteronwerte sind schon relativ hoch (Bluttest, ganz leicht über den Grenzwerten sogar). Bereits nach der zweiten Anwendung habe ich deutliches Druckgefühl im Brustbereich/Brustwarzen (Gyno incoming) gespürt. Und ebenso ein etwas ähnliches Druckgefühl um die Augen herum und Augenränder, allerdings eher so gelblich/grünliche Augenringe, nicht wie die normalen Augenringe (Vorboten von sunken eyes/fat loss i guess). Die Augensymptome hatte ich vor vielen Jahren auch bereits einmal als ich 1mg Fin/Tag oral genommen hatte, und es damals deswegen auch abgesetzt.

Nun zwei Tage nach Absetzen der Progesteroncreme normalisiert es sich wieder. Insofern ist Progesteron für mich sicher keine Option, auch nicht typisch. Auch wenn man nach zwei Tagen natürlich wenig sagen kann, meine Haare in der Dusche und nach dem Föhnen sind um 50% weniger gewesen nach den zwei Tagen (ich zähle diese immer und habe einen recht guten Durchschnittswert).

Das nur als meine subjektive Erfahrung, vllt mal interessant für irgendjemanden.
