
Subject: @tristan wg.Rhodiola
Posted by [coolman](#) on Sun, 13 Aug 2006 17:17:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi tristan,

du hast geschrieben, dass Du Rhodiola nimmst, da es bei Stress die Androgenausschüttung dämpft.

Schon positive Erfahrungen?

Denke da auch besonders ans SE.

Hältst Du positive Einflüsse aufs SE für möglich?

LG

Subject: Re: @tristan wg.Rhodiola
Posted by [kkoo](#) on Sun, 13 Aug 2006 18:11:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

coolman schrieb am Son, 13 August 2006 19:17Hi tristan,

du hast geschrieben, dass Du Rhodiola nimmst, da es bei Stress die Androgenausschüttung dämpft.

Schon positive Erfahrungen?

Denke da auch besonders ans SE.

Hältst Du positive Einflüsse aufs SE für möglich?

LG

hi, coolm., ich nehme auch rhodiola. ob das SE sich dadurch verändert weiss ich nicht wg. der anderen sachen, die ich nehme, aber ich fühl viel mich besser... weniger stress-symptome

Subject: Re: @tristan wg.Rhodiola
Posted by [coolman](#) on Mon, 14 Aug 2006 16:05:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke kkoo!

Das hört sich ja gut an.

Wenn Du Dich besser fühlst und Du weniger Stress empfindest, dann kann das ja eigentlich nur positiv fürs SE sein.

In der Literatur heißt es ja immer, dass Stress das SE triggert.

Subject: Re: @tristan wg.Rhodiola
Posted by [kkoo](#) on Mon, 14 Aug 2006 16:17:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

coolman schrieb am Mon, 14 August 2006 18:05: Danke kkoo!
Das hört sich ja gut an.
Wenn Du Dich besser fühlst und Du weniger Stress empfindest, dann kann das ja eigentlich nur positiv fürs SE sein.
In der Literatur heißt es ja immer, dass Stress das SE triggert.

Subject: Re: @tristan wg.Rhodiola
Posted by [tristan](#) on Mon, 14 Aug 2006 23:41:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi,

wegen dem SE, das halte ich für möglich. wenn das durch stress verstärkt wird vor allem..
Die verschlimmerungen solcher zustände gehen ja meist von der CRH (CRF) Erhöhung aus.
dann über acth und inflammatorische zytokine und substanzen die folgen... substanz p etc.. wie sie nicht alle heißen... und rhodiola hemmt die crh ausschüttung in solchen situationen, das ist eigentlich was alle adaptogene machen. es wirkt also nicht direkt auf die androgene, sondern die ausschüttung wird gehemmt über crh, welches ja ausgangspunkt ist für die nnr androgene ist / die ausschüttung stimuliert...

weniger crh ist auch gut gegen haarausfall..

"The findings implicate CRH in the clinical development of acne,seborrhea,androgenetic alopecia,skinaging, xerosis, and other skin disorders associated with alterations in lipidformation of sebaceous origin."

quelle im anhang

zu rhodiola

Eksp Klin Farmakol. 1994 Nov-Dec;57(6):61-3. Links
[The cardioprotective and antiadrenergic activity of an extract of Rhodiola rosea in stress]
[Article in Russian]

* Maslova LV,

- * Kondrat'ev Blu,
- * Maslov LN,
- * Lishmanov IuB.

The course of administration of *Rhodiola rosea* extract was studied for effects on the pattern of stress-induced cardiac damage which was assessed by ^{99m}Tc-pyrophosphate accumulation in the heart. *Rhodiola rosea* was found to prevent stress-induced cardiac damage. Simultaneously, myocardial catecholamines and cAMP levels were measured. *Rhodiola rosea* was ascertained to prevent both stress-induced catecholamine release and higher cAMP levels in the myocardium. Moreover, the adaptogen prevented lower adrenal catecholamines during stress. The findings suggest that the antistressor and cardioprotective effects of *Rhodiola rosea* are associated with limited adrenergic effect on the heart.

Medicina (Kaunas). 2004;40(7):614-9. Click here to read [Links](#)

[Experimental analysis of therapeutic properties of *Rhodiola rosea* L. and its possible application in medicine]

[Article in Lithuanian]

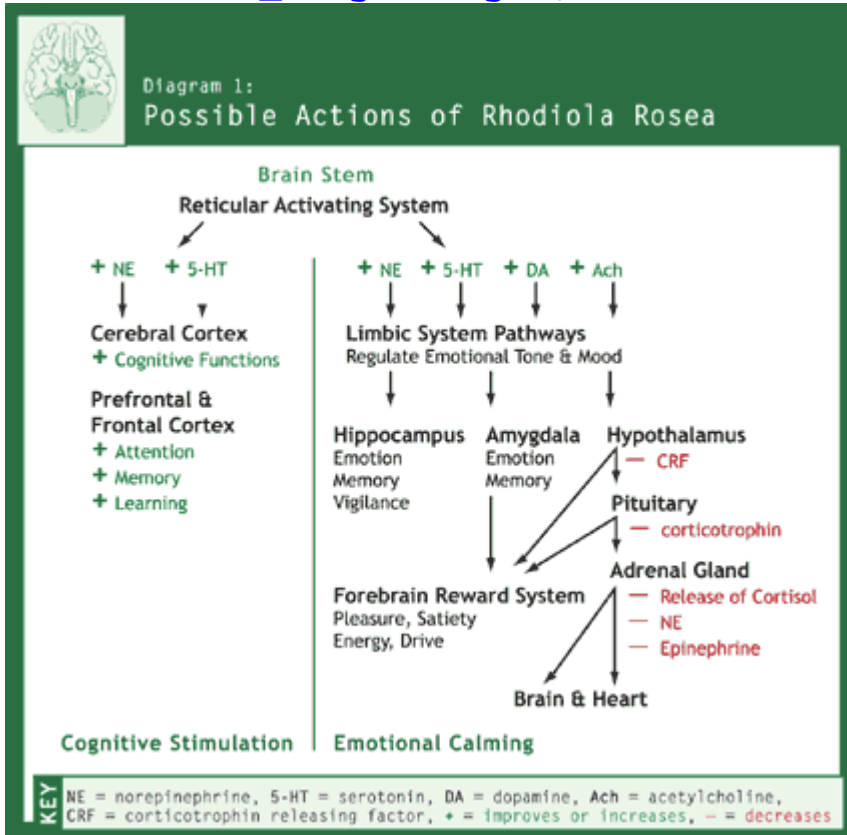
- * Kucinskaite A,
- * Briedis V,
- * Savickas A.

Department of Pharmaceutical Technology and Pharmacy Organization, Kaunas University of Medicine, A. Mickeviciaus 9, 44307 Kaunas, Lithuania. agnute.ku@delfi.lt

The paper presents a review of the scientific publications on *Rhodiola rosea* L. known for its adaptogenic characteristics. Biologically active substances salidroside, rosin, rosavin, rosarin and tyrosol, which are mainly found in plant rhizomes, demonstrate therapeutic effect. These active components effect the central nervous system by increasing the ability to concentrate, the mental and physical power; they are efficient in the asthenic states and improve general resistance of the cells and the organism against the harmful outer influence. They also prevent the heart system from stress and arrhythmias, and possess some antioxidant activity. Some data confirm that the *Rhodiola rosea* L. preparations stop the growth of the malignant tumors and metastases in the liver. Some preclinical and clinical data of the golden root preparations are discussed in the survey. The interaction of the herb with other medicines, its usage and effect, recommended doses, and its side effects are also reviewed in the paper.

File Attachments

- 1) [Corticotropin-releasing hormone - An autocrine hormone that promotes lipogenesis in human sebocytes.pdf](#), downloaded 324 times
- 2) [rhodiola_diagram1.gif](#), downloaded 221 times



Subject: Re: @tristan wg.Rhodiola
Posted by [Andy21](#) on Tue, 15 Aug 2006 08:45:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Tristan,

gibt es ein Produkt das du empfehlen kannst, welches Rhodiola enthält? bzw. welches benutzt du und wo beziehst du es her?

zu Dexa:

Du hast geschrieben das du nicht mehr so viel von Dexa hältst! Warum?
Hab es auch für einige Monate in kleiner Dosierung genommen (0,25 mg), weil meine NNR-Werte zum Teil leicht erhöht waren.
Hab aber auch aufgehört und such nun eine Alternative.
Was mich stutzig macht, ich hab nirgends im Internet auch nur ein Statement gelesen, wo Dexa den HA reduzierte!

Subject: Re: @tristan wg.Rhodiola
Posted by [kkoo](#) on Tue, 15 Aug 2006 09:35:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Andy21 schrieb am Die, 15 August 2006 10:45Hi Tristan,

gibt es ein Produkt das du empfehlen kannst, welches Rhodiola enthält? bzw. welches benutzt du und wo beziehst du es her?

Ich nehm Reflex Rhodiola Rosea, standard. Extrakt. In NL kosten 90 x 350mg = 17.5 Euro inkl. Versand.

wichtig ist, dass das produkt mind. 3% Rosavin + 1% Salidroside enthält.

Subject: Re: @tristan wg.Rhodiola
Posted by [chris22](#) on Tue, 15 Aug 2006 10:29:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

kkoo,

wie sieht dein gesamtes Regimen speziell gegen SE aus?

chris

Subject: Re: @tristan wg.Rhodiola
Posted by [kkoo](#) on Tue, 15 Aug 2006 10:32:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

chris22 schrieb am Die, 15 August 2006 12:29kkoo,

wie sieht dein gesamtes Regimen speziell gegen SE aus?

chris

p.spezialshampoo
spirocreme 2% (soll ja auch sebum reduzieren)
rhodiola rosae
demnächst noch als kur keuschlamm zur prolaktinsenkung
paar weitere nems, aber nichts spezielles

Subject: Re: @tristan wg.Rhodiola

Posted by [coolman](#) on Tue, 15 Aug 2006 16:16:54 GMT

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

Hallo tristan,

klasse, dass Du ins Detail gegangen bist!

Werde mir auf alle Fälle das von kkoo empfohlene Präparat besorgen.

Subject: Re: @tristan wg.Rhodiola

Posted by [tristan](#) on Tue, 15 Aug 2006 17:08:38 GMT

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

Andy21 schrieb am Die, 15 August 2006 10:45Hi Tristan,

gibt es ein Produkt das du empfehlen kannst, welches Rhodiola enthält? bzw. welches benutzt du und wo beziehst du es her?

zu Dexa:

Du hast geschrieben das du nicht mehr so viel von Dexa hältst! Warum?

Hab es auch für einige Monate in kleiner Dosierung genommen (0,25 mg), weil meine NNR-Werte zum Teil leicht erhöht waren.

Hab aber auch aufgehört und such nun eine Alternative.

Was mich stutzig macht, ich hab nirgends im Internet auch nur ein Statement gelesen, wo Dexa den HA reduzierte!

hi,

hatte mir das von Advanced Orthomolecular Research (aor.ca) bestellt bei [relentlessimprovement . com](#)

ich beziehe auch ein paar andere sachen dort, die haben generell gute preise, mit die beste qualität und man kann sicher sein dass man bekommt was drauf steht und keine verunreinigungen vorhanden sind (gmp certified, + gute ergebnisse bei [consumerlabs.com](#)), das ist gerade bei solchen herbal extrakten wichtig..

sachen landen im zoll, ist aber beim großteil der produkte kein problem, musst halt 16% zuzahlen, aber bei dem guten dollarkurs ist das alles in ordnung..

werde in zukunft aber das von LEF ([lef.org](#)) bestellen, weil es hier diesmal günstiger ist.. über [newfoodinc . com](#)

lg
