
Subject: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 09 Oct 2021 13:19:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Studie:
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4828384/>

Im unteren Bereich gibt es eine Grafik dazu.
Die Studie ist aufgeteilt in 3 Gruppen:

- leichte AGA => leichte Herzverfettung
- moderate AGA => moderate Herzverfettung
- starke AGA => Starke Herzverfettung

Ich frage mich: Kann das wirklich Zufall sein?
Was ich mich aber noch viel mehr frage ist,
warum es auch stark übergewichtige Menschen ohne AGA gibt.
Ist es also möglich, dass ein stark Übergewichtiger
keine Herzverfettung hat, ein Schlanker jedoch schon?

Laut meiner Beobachtung sieht man wirklich
selten Männer mit Waschbrettbauch und AGA.
Meist handelt es sich um Männer mit dickem Bauch
(die ansonsten aber schlank sein können).
Ich selbst habe auch sehr viel Fett am Bauch,
obwohl ich oft gesagt bekomme, ich wäre zu dünn.
Obwohl mein BMI-Wert mit 23 ideal ist,
sagt meine Körperfettwaage: 20% Körperfett.

Dieser Artikel könnte euch auch interessieren:
<https://www.aerztezeitung.de/Medizin/Herzrisiko-Glatze-286252.html>

Was sind Eure Gedanken dazu?

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!
Posted by [Yssorok](#) on Mon, 11 Oct 2021 11:40:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Naja,

auch schlanke mit AGA sehe ich häufig.

Und bei den Promis z.B.:

Jason Statham
Vin Diesel
Johnson "The Rock" Dwayne

...

Und auch die Trainer der Promis:

Harley Pasternak
Mark Lauren

...

Alle Waschbrettbauch mit AGA ;)

Ich bin auch eher durchtrainiert und habe AGA...

LG Yssorok

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 11 Oct 2021 12:29:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Aber wie erklärt sich dann die Studie?
Es wurde doch eindeutig gezeigt, dass die Herzverfettung
mit AGA korreliert.
Könnte es sein, dass das Herz auch bei schlanken
und durchtrainierten verfettet sein kann?

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!
Posted by [tomi](#) on Mon, 11 Oct 2021 13:28:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<-- BMI 19, 4-mal die Woche Training, Waschbrettbau = NW 3

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!
Posted by [mike.](#) on Mon, 11 Oct 2021 13:58:51 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

DHT wirkt am AR ganz anders als T.. Ebenso wirkt P4 am AR anders (geringe Affinität)

T ist anabol (Muskeln) und wenig oder gar nicht androgen

DHT ist je nach Gewebe anabol und androgen

Der muskel hat von DHT nicht viel.. DHT verdrängt T von den AR am Muskel..

Es entsteht eine hypertrophie oder hyperplasie.. So meine Ansicht

T und DHT (und P4) konkurrieren um den AR mit unterschiedlichen Wirkungen

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 11 Oct 2021 17:13:03 GMT

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

mike. schrieb am Mon, 11 October 2021 15:58

DHT wirkt am AR ganz anders als T.. Ebenso wirkt P4 am AR anders (geringe Affinität)

T ist anabol (Muskeln) und wenig oder gar nicht androgen

DHT ist je nach Gewebe anabol und androgen

Der muskel hat von DHT nicht viel.. DHT verdrängt T von den AR am Muskel..

Es entsteht eine hypertrophie oder hyperplasie.. So meine Ansicht

T und DHT (und P4) konkurrieren um den AR mit unterschiedlichen Wirkungen

Bei AGA sind aber hauptsächlich Entzündungsparameter
hochreguliert:

TGF-Beta, igM, Mastzellen mit Histamin und PGD2.

Dass Männer mit AGA erhöhtes DHT haben, wurde
bislang nirgendwo nachgewiesen.

Kann es sein, dass Du ZU sehr auf Hormone
fixiert bist? Hormone sind nicht alles!

Und du müsstest mal erklären, warum es so viele

Männer mit hohen DHT-Spiegeln gibt, die eine
Löwenmähne haben, also Norwood 0 sind.

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!

Posted by [Erdnase](#) on Mon, 11 Oct 2021 18:52:31 GMT

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

Es geht um die Dicke der Herzmuskelhaut, nicht Bauchfett. Wenn hier jetzt nicht plötzlich die,
empirisch völlig unhaltbare, These vertreten werden soll, Haarausfall sei die Folge von
Übergewicht, dann hat das auch mit der Studie nichts zu tun.

Im Übrigen sind von vier Männern in meinem Umfeld mit Glatze oder rasierten Haaren, mit mir fünf, alle nicht übergewichtig, die meisten sogar ziemlich dünn. Ich teile die Beobachtung zudem nicht.

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!

Posted by [mike.](#) on Tue, 12 Oct 2021 04:57:59 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Mon, 11 October 2021 19:13mike. schrieb am Mon, 11 October 2021 15:58

DHT wirkt am AR ganz anders als T.. Ebenso wirkt P4 am AR anders (geringe Affinität)

T ist anabol (Muskeln) und wenig oder gar nicht androgen

DHT ist je nach Gewebe anabol und androgen

Der muskel hat von DHT nicht viel.. DHT verdrängt T von den AR am Muskel..

Es entsteht eine hypertrophie oder hyperplasie.. So meine Ansicht

T und DHT (und P4) konkurrieren um den AR mit unterschiedlichen Wirkungen

Bei AGA sind aber hauptsächlich Entzündungsparameter

hochreguliert:

TGF-Beta, igM, Mastzellen mit Histamin und PGD2.

Dass Männer mit AGA erhöhtes DHT haben, wurde

bislang nirgendwo nachgewiesen.

Kann es sein, dass Du ZU sehr auf Hormone

fixiert bist? Hormone sind nicht alles!

Und du müsstest mal erklären, warum es so viele

Männer mit hohen DHT-Spiegeln gibt, die eine

Löwenmähne haben, also Norwood 0 sind.

Bei hormone geht es nicht um hoch oder niedrig sondern um die Verhältnisse zueinander

Alle Entzündungsfaktoren und / Wachstumsfaktoren kommen erst danach.

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 12 Oct 2021 10:50:20 GMT

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

mike. schrieb am Tue, 12 October 2021 06:57Norwood-packt-das-an schrieb am Mon, 11 October

2021 19:13mike. schrieb am Mon, 11 October 2021 15:58

DHT wirkt am AR ganz anders als T.. Ebenso wirkt P4 am AR anders (geringe Affinität)

T ist anabol (Muskeln) und wenig oder gar nicht androgen

DHT ist je nach Gewebe anabol und androgen

Der muskel hat von DHT nicht viel.. DHT verdrängt T von den AR am Muskel..

Es entsteht eine hypertrophie oder hyperplasie.. So meine Ansicht

T und DHT (und P4) konkurrieren um den AR mit unterschiedlichen Wirkungen

Bei AGA sind aber hauptsächlich Entzündungsparameter

hochreguliert:

TGF-Beta, igM, Mastzellen mit Histamin und PGD2.

Dass Männer mit AGA erhöhtes DHT haben, wurde
bislang nirgendwo nachgewiesen.

Kann es sein, dass Du ZU sehr auf Hormone

fixiert bist? Hormone sind nicht alles!

Und du müsstest mal erklären, warum es so viele

Männer mit hohen DHT-Spiegeln gibt, die eine

Löwenmähne haben, also Norwood 0 sind.

Bei hormone geht es nicht um hoch oder niedrig sondern um die Verhältnisse zueinander

Alle Entzündungsfaktoren und / Wachstumsfaktoren kommen erst danach.

Hast du Studien dazu?

Oder ist das nur eine persönliche Vermutung von dir?

Selbst wenn das Verhältnis gestört wäre:

Was ist die Ursache? Und wie therapierst du es?

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 12 Oct 2021 10:53:34 GMT

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

Erdnase schrieb am Mon, 11 October 2021 20:52Es geht um die Dicke der Herzmuskelhaut, nicht Bauchfett. Wenn hier jetzt nicht plötzlich die, empirisch völlig unhaltbare, These vertreten werden soll, Haarausfall sei die Folge von Übergewicht, dann hat das auch mit der Studie nichts zu tun.

Im Übrigen sind von vier Männern in meinem Umfeld mit Glatze oder rasierten Haaren, mit mir fünf, alle nicht übergewichtig, die meisten sogar ziemlich dünn. Ich teile die Beobachtung zudem nicht.

Es geht um die Fett-Dicke am Herzen.

Und nicht um die Dicke der Muskelhaut.
Angeblich sollen nur Übergewichtige und Normalgewichtige
mit dickem Bauch davon betroffen sein.
Frage mich, ob das stimmt.

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!
Posted by [daniel91](#) on Tue, 12 Oct 2021 11:42:29 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ne stimmt nicht .

Wir können hier schließen.

Subject: Aw: Studie: Je stärker die AGA, desto verfetteter das Herz!
Posted by [mike.](#) on Tue, 12 Oct 2021 11:58:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 12 October 2021 12:50mike. schrieb am Tue, 12 October 2021 06:57Norwood-packt-das-an schrieb am Mon, 11 October 2021 19:13mike. schrieb am Mon, 11 October 2021 15:58

DHT wirkt am AR ganz anders als T.. Ebenso wirkt P4 am AR anders (geringe Affinität)

T ist anabol (Muskeln) und wenig oder gar nicht androgen

DHT ist je nach Gewebe anabol und androgen
Der muskel hat von DHT nicht viel.. DHT verdrängt T von den AR am Muskel..
Es entsteht eine hypertrophie oder hyperplasie.. So meine Ansicht

T und DHT (und P4) konkurrieren um den AR mit unterschiedlichen Wirkungen
Bei AGA sind aber hauptsächlich Entzündungsparameter
hochreguliert:
TGF-Beta, igM, Mastzellen mit Histamin und PGD2.
Dass Männer mit AGA erhöhtes DHT haben, wurde
bislang nirgendwo nachgewiesen.
Kann es sein, dass Du ZU sehr auf Hormone
fixiert bist? Hormone sind nicht alles!
Und du müsstest mal erklären, warum es so viele
Männer mit hohen DHT-Spiegeln gibt, die eine
Löwenmähne haben, also Norwood 0 sind.

Bei hormone geht es nicht um hoch oder niedrig sondern um die Verhältnisse zueinander

Alle Entzündungsfaktoren und / Wachstumsfaktoren kommen erst danach.

Hast du Studien dazu?
Oder ist das nur eine persönliche Vermutung von dir?
Selbst wenn das Verhältnis gestört wäre:
Was ist die Ursache? Und wie therapierst du es?
Nee, keine Studien...
Wer sollte warum so eine Studie finanzieren?

Dafür kenne ich das aus der Praxis.

Ursachen wären Ressourcenmangel.
P4-Mangel (meist aus P4-Steal), Stress (Hohes Cortisol zieht P5, P4 ab), Testosteronabfall, mehr DHT, mehr E2 und DHT, Schilddrüsenprobleme,...

T im Verhältnis zu DHT bei mir 1:4 halten (versuche ich zumindest)
Das Verhältnis muss permanent aufrecht erhalten bleiben.. Was leider fast unmöglich ist
1:11 (DHT:E2) oder darüber wäre für Männer ideal

Ich persönlich pushe alle paar h Testosteron, P5

Normalerweise kann mann mit P5 etwas T pushen wenn LH nicht supprimiert ist... Ist aber nicht bei jedem gleich

P5 bildet eine Reservierung (P5s) und versorgt mich mit P4...
P5 verdrängt DHEA von den 3bhsd, P4 verdrängt T, DHT, Androstendion von den 5ar
P4 sollte sehr hoch sein.. Über 3 ng/ml