

---

Subject: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Sat, 27 Nov 2021 22:47:01 GMT

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

---

Hallo Forum!

Ich will nach Wunsch mal im Detail von meinen Erfahrungen berichten.

Ich hab die Erste Kur mit 20 angefangen das war 2004, heute bin ich 37.

Ich mache es nicht nur wegen den Haaren, falls ihr euch fragt wieso ich mir weibliche Hormone reinballe.

So mit 18 ist der Testosteronspiegel natürlich am höchsten und ich hab bis dahin gemerkt wie ich an meinen eigenen Androgenen zugrunde gehe.

Noch männlicher wollte ich nicht werden also hab ich im Internet nach "verweiblichung" gesucht und bin dann auf Transsexualität und Hormone gestossen. Wie ging das? Zum Psychiater der Erfahrung mit sowas hat und musste den Alltagstest bestehen.

Ich hatte schonmal mit Sojakapseln und Sojamilch angefangen. Feminisiert hat es mich glaub ich nicht.

Dann endlich nach sieben Monaten Psychotherapie -> Diagnose TS F64.0. Bin sofort rüber zum Frauenarzt und hab mir die Hormone verschreiben lassen: Androcur 10mg alle zwei Tage und täglich 2mg Estradiol, beides Nachmittags nach dem Essen

Am Anfang Fressattacken und Gefühlsachterbahn, mal dauerverliebt oder dauergeil, gelegentlich Orientierungsprobleme. Das hat sich alles mit der Zeit gelegt.

- Ich hatte mehr Antrieb
- Die Akne ist verschwunden
- War weniger nervös
- Adern quillen nicht mehr aus den Armen und der Stirn raus
- Im Winter keine Erkältungen mehr
- Bart wächst langsamer
- Die Körperbehaarung wird dünner und wächst langsamer
- Hatte keine Wortfindungsstörungen mehr
- Bekam weibliche Gefühle und Verhaltensweisen
- Ich fühlte mich jünger
- Ganzkörperorgasmen kamen vor
- Das Körpergefühl ist anders
- Der Körpergeruch hat sich verändert
- Ich Träume anders, fühlte sich seltsam an
- Ich schwitzte nicht mehr so stark
- Der Geruchssinn wurde besser
- Die Haut wurde dünner und weicher vor allem an den Schultern
- Mein Gesicht ist verweiblicht mit der Zeit
- Der Kraftverlust hatte heftig reingehauen obwohl ich Sport gemacht hatte

- Bekam Dehnungsstreifen am Knie und an der Hüfte
- Gewichtsverlust von 57kg runter auf 52kg
- Die Ausdauer beim Laufen schwand
- Ich bin knapp davor gewesen auf Männer zu stehen, das war mir nicht geheuer, schwulsein hätte mir auch noch gefehlt
- Der Geschmackssinn hatte sich verändert, meine Lieblingskekse hatten mir nicht mehr geschmeckt

Habe unter der HRT den Führerschein gemacht, rückwärts einparken klappte super

Ich stand auf einmal auf Frauen die älter waren als ich, vielleicht hab ich das gesucht was Biofrauen an Männern suchen

Hodenatrophie ab 2 Monaten ungefähr. Keine Erektionen mehr, fast keine Samenflüssigkeit mehr und Aspermie, aber das hat mich damals nicht gejuckt.

Die Brustwarzen wurden berührungsempfindlich und die Brüste wuchsen zu Cup A an. Ich hatte schonmal Pubertätsgynäkologie aber das muss was anderes gewesen sein.

Mitte 2005 war mein Haar gerade mal so lang das es bis zur Nasenspitze reichte. Ich hab damals für die Schule gelernt und je mehr ich gelernt hab desto unruhiger hab ich geschlafen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sat, 27 Nov 2021 22:52:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

## 2.Anlauf 2010

Ich hatte mit meinem üblichen Transgender-Regimen einen schlechten Start: Angstzustände, Stimmungsschwankungen. Sachen die man nicht haben will. Die Haare waren wieder kinnlang, kein auffälliger Haarverlust

Habe im Fitnessstudio versucht mit Muskeltraining gegen den Kraftverlust anzukommen. Hat schon funktioniert.

Die Brust wurde ein bisschen größer als bei der 1.Kur und es fing an Anderen aufzufallen. Bin dann mit Progestogel dran gegangen. Könnte geholfen haben, schwer zu sagen. Aber gegen den Wachstumsschmerz hilft's.

Bin in eine Therapiegruppe für TS gegangen. Aber irgendwie fühlte ich mich bei denen nicht wohl.

Dort habe ich aber erfahren dass man wegen Hormonen zum Endo gehen sollte und das eine Frauenärztin mir sowas verschreibt wäre unverantwortlich von ihr. Das sagt mir jetzt erst einer. Ich war auch ein paar mal im Einzeltherapiestunden bei ihm.

Ich war ihm zu androgyn, damit kam er nicht zurecht.

Ich wusste von anfang an das er mir nicht helfen kann, an einer Namensänderung hängt ein

Rattenschwanz mit Problemen dran, Brustaufbau und GaOP brauch ich nicht, FFS und IPL muss ich eh selber bezahlen.

Ich glaube das Wechseln von Estradiol-Tabletten auf Gynokadin-Gel (Tube) hab ich noch bei der Frauenärztin vollzogen.

Die experimentierfreudige Endokrinologin hat mich erst zu Estramon-Pflaster eine Zeit lang wechseln lassen, hab ich aber nicht vertragen und dann wieder zu Gynokadin-Gel (Pumpspender) zurück.

Im September 2012 negative Rückkopplung, Testo war danach so hoch wie nie. Ich weis garnicht mehr so genau was ich da getrieben habe, bestimmt täglich Androcur oder so.

Meine HRT hab ich irgendwann gegen Ende 2012 abgebrochen. Ich glaube aus verschiedenen Gründen.

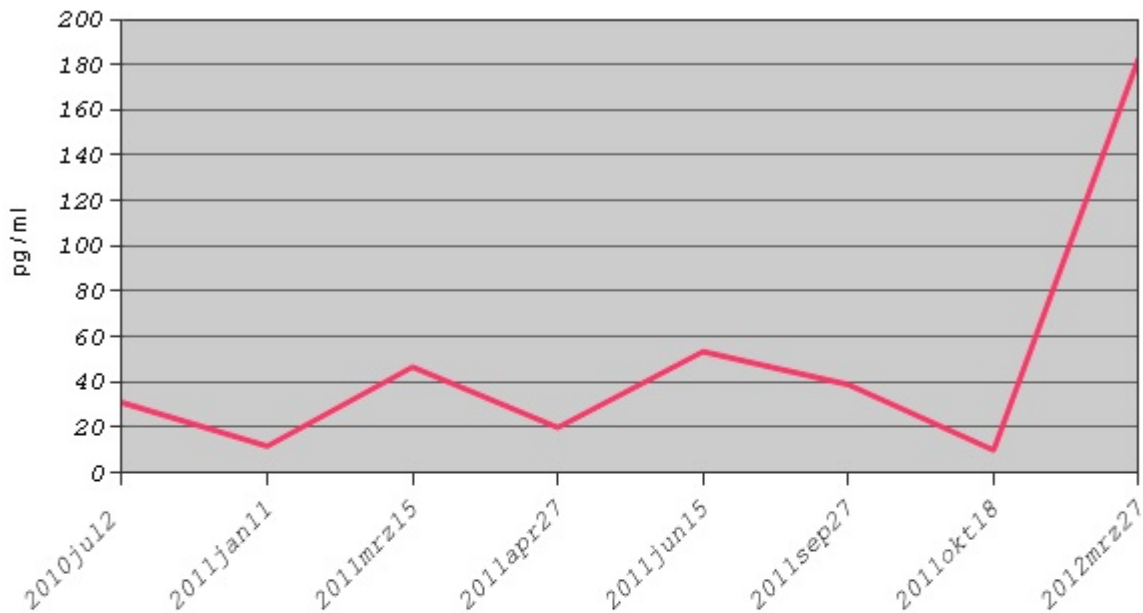
Nun ja, ein halbes Jahr später hatte ich wieder Akne, gerötetes fettiges Gesicht. überall lagen lange Haare auf dem Boden und in der Dusche. Mir wird gleich schlecht.

Nach dem Absetzen über Jahre bekam ich einen Haarkranz um die Nippel, Streifen von Schambehaarung zum Nabel, vereinzelte Haare auf Brust und Schultern und Nasenhaare, widerlich ekelhaft.

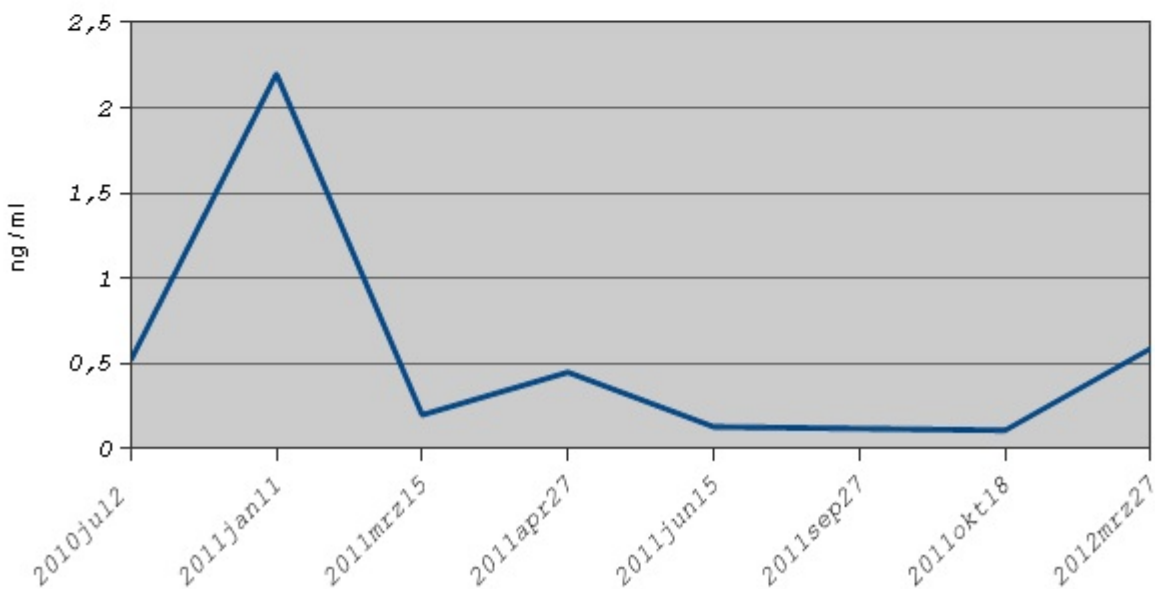
## File Attachments

1) [2010-2012-HRT.jpg](#), downloaded 668 times

## Östradiol



## Testosteron



---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sat, 27 Nov 2021 22:58:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

3.Kur seit Juni 2021

Ich war beim Friseur und hab gemerkt das ich auf einmal mit meiner üblichen Kurzhaarfrisur

kacke aussehe weil da weniger Haare waren als vorher. Nach diesem Nervenzusammenbruch bin ich zum Arzt gegangen um mir wieder Hormone verschreiben zu lassen.

Diesmal morgens Androcur und Gynokadin, ansonsten wie immer

Die ersten Wochen ab und zu Gereiztheit, am Anfang ängstlicher vor Männern

- Ich sehe Frauen eher als Geschlechtsgenossinnen und gebe mich mehr mit ihnen ab
- Ich vergleiche mich mit Frauen
- Ich komme morgens schneller aus dem Bett
- Haut im Gesicht heller statt gerötet
- Akne und Seborrhoe fast weg, alles schon in den ersten Wochen
- Mehr Ausdauer bei leichter Arbeit, bei schwerer Arbeit das Gegenteil
- vertrage weniger Alkohol
- Reden klappt besser, Buchstabieren auch
- Die Haut wurde nach 6 Wochen dünner und die Fingerkuppen empfindlicher, scharfkantiges anfassen tut so weh als hätte ich mich geschnitten
- Der Geschmackssinn ist scheinbar so geblieben,
- Bisher nur leichter Kraftverlust, bestimmt weil ich arbeite wie ein kerl
- Mein Gewicht bleibt gleich bei 60kg
- Der Bart wächst langsamer und ist teilweise auf Oberlippe Unterlippe und Kinn weiß
- Ich finde als Herr angesprochen zu werden manchmal unpassend
- Mein Kopf sagt mir ich wäre weiblich
- Mehr weibliche bodylanguage und Verhalten, manchmal nervig
- Bin lieb wie ein Häschen geworden
- Ich wurde insgesamt empfindlicher
- Fetteinlagerungen am Bauch
- Blutdruck ist niedriger
- Neuer Schweißherd unter den Brüsten
- Ich rede manchmal zu schnell
- Finger-und Fußnägel sind brüchig geworden
- trockener schwacher Orgasmus
- bin nicht leichter zum weinen zu bringen als vorher

Mit Männern rede ich auch wie ein Kerl und mit Frauen wie eine Frau, Umschalten klappt super. Jetzt müsste ich nur noch die Stimme umschalten können dann wäre es perfekt. Ansonsten waren die Hormonwirkungen gleich wie bei der 1. und 2. Kur.

Was bei anderen vorkommt aber ich bei mir nie beobachtet habe:

- Dass der Gehörsinn besser wird
- Dass das Becken breiter wird oder nach vorne kippt
- Dass sie kleiner werden
- Dass Hände und Füße kleiner werden
- Höherer Blutdruck
- Milchausfluss
- grundloses Weinen
- Dass das Kopfhaar heller und dünner wird
- Dass die Wimpern verlängern

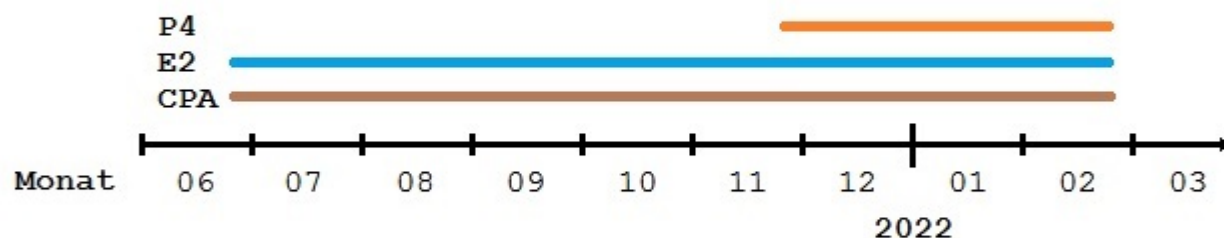
Ich behalte meine Frauenbrust. Die gehört eben zu mir. Ich bin nie auf den Gedanken gekommen sie entfernen zu lassen.

Mein momentaner Status:  
schon 9cm langes Haar und das Beste: kein Spliss  
HA bis 50 Haare pro Tag  
Ich lasse sie mir wieder lang wachsen

### File Attachments

1) [HRT-Fahrplan2021-2022.jpg](#), downloaded 539 times

#### **Mein HRT-Fahrplan**



---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sat, 27 Nov 2021 23:00:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So, endlich nach einem halben Jahr Wartezeit am 24.11. mal beim Endo gewesen.

Blutabnahme 3h nach Gynokadin-Auftrag und nüchtern  
Puls 92, RR 110/74, Blutzucker 80, Gewicht 63kg, Größe 174cm  
-> alles in Ordnung

Ich hatte schonmal mit dem Gedanken gespielt einen weiblichen Progesteronzyklus einzubauen. Progesteron hätte einige Vorteile. Wollte 100er Utrogest zu meinem Transgender-Regimen dazunehmen

Meine Endokrinologin verschreibt Utrogest normalerweise nur Personen die Androcur abgesetzt haben. PostOP-TS warscheinlich.

Ich bekam dann 100er Progestin verschrieben. Sie meinte das wär "die Kür".

Um 20:00 dann eine Kapsel Progestin genommen und den peak abgewartet, werde aber nicht müder. Es ist keine Schlaftablette ... oder die Dosis ist zu niedrig.

Morgens leichte Erektion, weniger Berührungsschmerz in der Brust  
an Kopf und Gliederschmerzen von der Booster-Impfung zwei Tage zuvor hat sich nichts getan.

Die folgenden Tage mal schlapp und antriebslos mal das Gegenteil über den Tag. Kann auch Nachwehen von der Booster-Impfung sein, keine Ahnung.

Ich habe einen Anruf von meiner Endokrinologin bekommen. Die Werte sind alle OK bis auf Vitamin-D-Mangel. Das kommt im Winter üblicherweise vor.  
Wenn ich die Kopie vom Blutbild habe stelle ich es hier rein.

LG

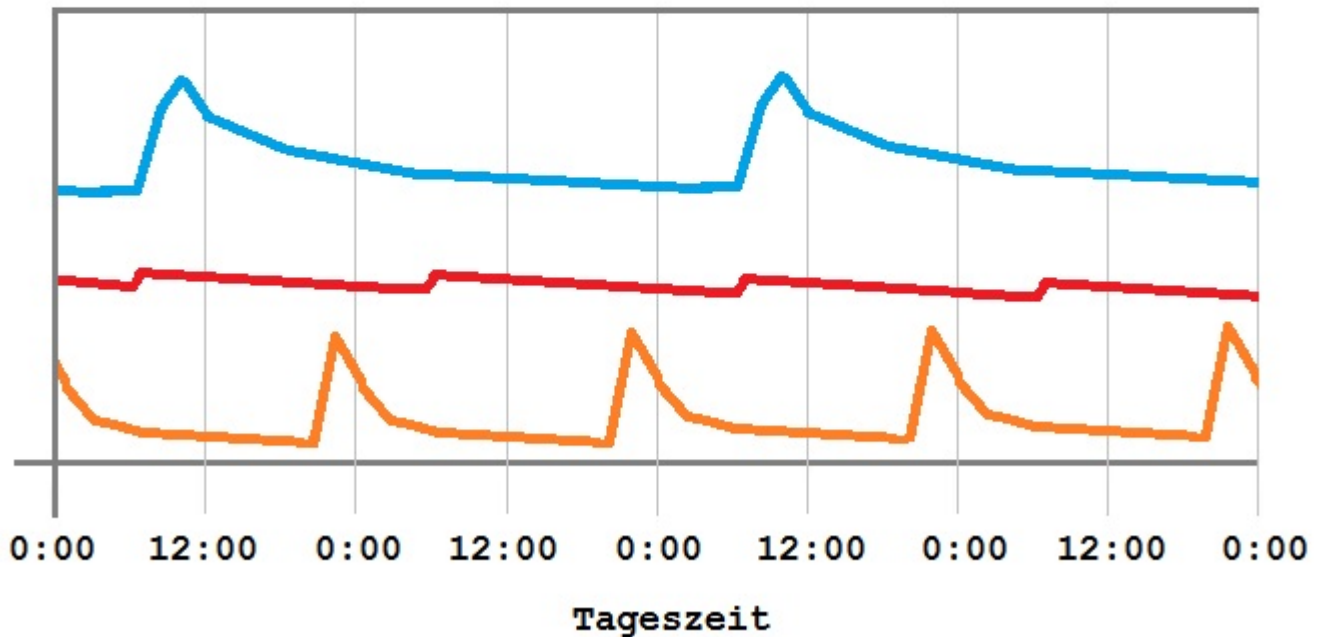
euer Torsti

### File Attachments

---

1) [CPA-E2-P4-levels.jpg](#), downloaded 485 times

- Cyproteronacetat
- Progesteron
- Estradiol




---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
 Posted by [daniel91](#) on Sun, 28 Nov 2021 00:01:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Danke für den Bericht :thumbup:

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
 Posted by [Praktikant](#) on Sun, 28 Nov 2021 21:15:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sonic Boom schrieb am Sun, 28 November 2021 13:03 Torsti, danke für deinen ausführlichen Erfahrungsbericht.  
 Ich hatte nie das Problem im falschen Körper gefangen zu sein.  
 Von dem her, wäre es nicht einfacher gewesen, zu akzeptieren, so wie du bist????

Ich kann mich nicht als männlicher Mann akzeptieren weil ich das innerlich nicht bin. Während der ganzen Pubertät hatte ich angst physisch und psychisch männlicher zu werden. Transsexualität sucht man sich nicht aus.

Ich kann durch die HRT einige männliche Sachen an mir besser akzeptieren weil ich sie beruhigt mich, fühle mich wohler

Die Brüste dürfen nicht zu groß werden und dies und das feminine Verhalten an mir nervt mich manchmal, aber wieder in Richtung männlich würde ich nicht vertragen.

Zu männlich oder zu weiblich ist nichts für mich, ich kann nur irgendwo in der Mitte existieren hab ich durch die HRT und durch Erfahrung gemerkt. Androgyn wäre perfekt für mich also ist die Lösung femininer Boy mit langen Haaren

Hormone, Epilation und FFS, mehr brauch ich nicht und bin glücklich

Ich habe mich entschieden ich bleibe beim E2+P4-Regimen. Das Absetzen hab ich immer bereut. Alleine wegen den Haaren.

Mein Ziel ist eine weibliche Haarlinie, ich probiere es erst noch mit Chemie. Eine HT könnte ich mir noch vorstellen aber nur als letztes Mittel. Die Nase will ich mir auf jeden Fall noch verkleinern lassen und vielleicht noch was anderes korrigieren lassen, aber was bin ich noch am überlegen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Tue, 30 Nov 2021 17:09:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für deine Erfahrungen.

Mir geht es in fast jedem Punkt genauso... Wir könnten uns sehr ähnlich sein..

Auch ich werde nie wieder auch nur minimal an meinem jetzigen regimen was ändern.

E2 und P4 forever.

Lg  
Mike

Ps. Gute FFS macht Dr Bart van de Ven in Belgien  
Nasen kann er nicht...

Ich war bzgl Nase in istanbul.. Es ist inkl Flug schon sehr erschwinglich.  
Dr Saban Celebi hatte mich operiert.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [REMOLAN](#) on Tue, 30 Nov 2021 22:54:06 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 30 November 2021 18:09

Danke für deine Erfahrungen.

Mir geht es in fast jedem Punkt genauso... Wir könnten uns sehr ähnlich sein..

Auch ich werde nie wieder auch nur minimal an meinem jetzigen regimen was ändern.

E2 und P4 forever.

Lg  
Mike

Ps. Gute FFS macht Dr Bart van de Ven in Belgien  
Nasen kann er nicht...

Ich war bzgl Nase in istanbul.. Es ist inkl Flug schon sehr erschwinglich.  
Dr Saban Celebi hatte mich operiert.

Virilisierung wird also bei entsprechender Veranlagung vorangetrieben durch: zu viel DHT, wenig Progesteron, Wenig E2, Moderat-weniger Testo?

Mir kommt vor, wenn Testo bei mir zu niedrig wird, werde ich "asexuell" und HA wird mehr diffus und der ganze Körper weniger markant/schwammiger. Zu viel DHT macht mich sportlich gesehen extrem kompetitiv und aggressiv und verhärtet Gesichtszüge, macht generell so einen wettergegerbten look... auf Dauer ein sehr unangenehmer Zustand. Auch fühlt es sich in Phasen mit viel DHT oft an, als würde die Stirn von der Knochenstruktur her in die Breite "pressen".

Balance ist echt wichtig... aber den meisten Männern würde etwas mehr Progesteron und E2 wohl gut tun, auch bezüglich Herz-Kreislaufsystem und im Bezug auf virale Infektionen (spez. CoVid) ist es vermutlich von Vorteil.

@Mike hast du einen Tipp, welcher Chirurg gut ist im Korrigieren von zu breiten Nasenbein und schiefer Nasenscheidewand (Schlafapnoe)? Bzw denkst du, dass der wo du warst dafür geeignet sein könnte?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Wed, 01 Dec 2021 06:01:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich denke Dr Celebi ist auch hierfür der richtige Ansprechpartner.

Auf Instagram hat er sehr viele vorher nachher Fotos. Man kann sein Team direkt dort eine Anfrage senden.

Wenn nicht alles so verkompliziert ist coronarechtlich wäre so ein Aufenthalt von 1 Woche in Istanbul wie ein Urlaub  
. Man bekommt ein Taxi von der Klinik organisiert.. Einen Betreuer der dich überall hinfahren kann (Klinik, Hotel usw).  
Luxushotel inkl Frühstück,... ;-) Es ist echt zum empfehlen

Es gibt natürlich noch einige andere gute Kliniken und Chirurgen.. Einfach per Instagram etwas recherchieren

Zu P4 und E2 und COVID... Ich bin COVID genesen und merkte nichts von der Krankheit.. Es war nur ein leichter Schnupfen.. Den hatte ich seit Jahren nicht mehr..  
Es liegt an meinen ganzen NEMs.. Da mehme. Ich seit einer Weile einiges ein.. P4 und E2.  
Welche beide hoch sind.. ;-) Und Cortisol exogen in den zirkadianen Rhythmus unterstützend integriert..

Ein maskuliner Mann kann ohne weiteres P4 einnehmen?  
Falls der Testosteronspiegel sich erhöht und man eher autistische Züge annimmt, sollte man etwas E2 erhöhen..

Das sehe ich eigentlich als sehr potent gegen AGA und hält generell fit und jung.. Und feminisiert nicht unbedingt

Wobei die Haut schön glatt werden kann..

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [REMOLAN](#) on Wed, 01 Dec 2021 14:11:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke dir für deine Erfahrung dazu :thumbup:

Eilig ist es mir nicht, also den Corona-Lockdown-Wahnsinn wart ich wohl noch ab- aber schon länger stört vor allem die schiefe Nasenscheidewand, nicht nur ästhetisch sondern auch bei der Atmung, also wärs schon ein sinnvoller Eingriff.

Auf Instagram schau ich mal durch ;)

Fein, dass du einen leichten Verlauf hattest, das kann mitunter wirklich an deinem Regimen liegen, nebst Genetik, Blutgruppe, etc.

Covid ist zwar in seltenen Fällen nicht nachvollziehbar, wo Leute die "alles richtig machen" schwere Verläufe haben- aber in der Regel sind es nun mal Vorerkrankte und Menschen mit Mängeln die es schwerer erwischt. Würden die Leute mehr auf kritische Nährstoffe und andere Gesundheits-Grundlagen achten, hätten wir wesentlich weniger Probleme (auch in Bezug auf andere Infektionskrankheiten).

So differenzierte Herangehensweisen kann man auf die breite Masse leider nicht gut ummünzen, bzw es gibt zu viele Menschen die eine einfache Lösung für ein akutes Problem wollen (= Versuch einer Impfung) und sonst genau so wie gehabt weiter machen wollen.

P4 allein könnte Testosteron also steigern?

Bei mir ist Progesteron und T idR. bereits natürlicherweise hoch (Progesteron sogar 25% über Obergrenze), aber dafür ist SHBG auch an der Obergrenze der Referenz.

Ist es in so einem Fall dann überhaupt sinnvoll, P4 exogen zu erhöhen?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Wed, 01 Dec 2021 14:19:50 GMT

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

---

Wenn du mehr als 1 ng/ml P4 hast oder generell keine Beschwerden hast... Muss man es nicht unbedingt erhöhen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Wed, 01 Dec 2021 20:40:10 GMT

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

---

mike. schrieb am Wed, 01 December 2021 06:09

Danke für deine Erfahrungen.

Mir geht es in fast jedem Punkt genauso... Wir könnten uns sehr ähnlich sein..

Auch ich werde nie wieder auch nur minimal an meinem jetzigen regimen was ändern.

E2 und P4 forever.

Lg  
Mike

Ps. Gute FFS macht Dr Bart van de Ven in Belgien  
Nasen kann er nicht...

Ich war bzgl Nase in Istanbul.. Es ist inkl Flug schon sehr erschwinglich.  
Dr Saban Celebi hatte mich operiert.

hi mike,  
schön dass du wieder da bist :)

Den Dr Bart hatte ich auch schon im Auge. Die Klinik macht einen guten Eindruck auf mich auch die Ergebnisse

Elektrolyse, trachea shave, Unterkiefer abschleifen, vielleicht noch Oberlippe verkürzen und so Kleinigkeiten könnte ich mir vorstellen. Beim brow bossing weis ich noch nicht ob ich das machen lassen soll.

Epilation ist auch so eine Geschichte.

Hab erst selber rumexperimentiert, hab mir Betäubungssalbe auf die Oberlippe geschmiert und mir die Haare alle einzeln mit der Pinzette rausgezupft. Der Bartschatten war schonmal weg. Ich ging dann zur Hautärztin für IPL. Nadelepilation bot mir in meiner Gegend niemand an, aber besser als garnichts zu machen.

Das geilste war ja das der Preis pro Behandlung von Zeit zu Zeit immer höher wurde. Am Schluss 156€ für mich rausgeworfenes Geld. ok es hat schon einigermaßen funktioniert aber auf die Dauer ist das nix und die weißen Haare blieben trotzdem stehen.

Orchiektomie hatte ich früher mal so in Gedanken, lasse es aber lieber bleiben. Ich hab angst das dann sexuell garnichts mehr geht oder Depressionen/Panikattacken bekomme. Soll bei anderen alles schonmal vorgekommen sein auch trotz E2-substitution.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Thu, 02 Dec 2021 07:06:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Orchiektomie würde ich auch nie machen lassen  
weil die Testikel trotz hohem E2 noch immer etwas arbeiten (außer man bertreibt und hat perm. 300 pg/ml E2 und CPA im Programm (CPA raubt das T aus der NNR und Testikel, da weniger GNRH und CRH ausgeschüttet wird))  
und Testosteron Raub würde den Körper verformen (ähnl. wie Cushing... fett, dünne arme und beine, bauchansatz, hängende Brüste, hängende Seiten im Gesicht (man vergreist langsam... ))

FFS mit Forehead-recontouring Type 3, Kinn nach vorne versetzen und spitzer gestalten, Seitl.

Kiefer abschleifen, Liplift, RIM-Impl. unter den Augen (eventuell, falls vorteilhaft), hairline lowering (dann wäre mein Haarproblem weg (die Narbe wäre mir egal - bzw. könnte ich eine mini Haartransplantation machen um diese zu kaschieren und die Linie zu perfektionieren))

zu den Gonaden: das erste mal im Leben trage ich mein E2 dort (und im Gesicht) auf

mein DHT war trotz normalem T (normal f. weibl. Verh. -> ca 400-900 pg/ml gesTest.) eher hoch mit ca 300-400 pg/ml gesDHT

mein Verdacht waren die Testikel, trotz weicher Haut und kaum Bodyhair (fast alles ist Flaum wie bei einem Kind) war soviel DHT da.... die Testikel/Skrotum hatte noch die Substanz wie früher auch...

zum einen könnte DHT durch exogen Cortisol (momentan wieder 10mg statt 20mg (bei 20mg fällt ACTH doch stark ab (theoretisch))) und Dutasterid gesenkt werden. mal sehen.... ich bin da noch nicht fertig zum anderen mehr E2 skrotal

Depressionen hatte ich zum Glück nie... eher wenn ich absetzen würde.. das wäre der Horror.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Fri, 03 Dec 2021 15:30:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So wie versprochen habt ihr mal meine neuesten Laborwerte.

Vitamin-D Mangel und Eisenmangel, also doch wieder Pfälzer Leberwurst aufs Brot schmieren.

Ich vermisse einiges, E1, P4, DHEA,... was mich interessiert fehlt natürlich.

Beim nächsten Mal erklär ich der Ärztin mal was sie für mich bestimmen soll und wieso.

---

### File Attachments

1) [24112021-40p.jpg](#), downloaded 455 times

Bezeichnung	Wert		Normbereich
24.11.21 TSH	1,55	mIU/l	0,40 -
Testosteron	0,16	ng/ml-	2,40 -
SHBG	24,0	nmol/L	14,0 -
Fr. Andr.Index	2,30	kA-	15,00 -
LH	0,21	U/l-	0,60 -
FSH	0,45	U/l-	1,00 -
Östradiol	137,00	pg/ml+	0,00 -
fr. Testos. b.	3,45	pg/ml-	57,00 -
fr. Testo. ber.	2,16	%	1,53 -
biov. Testo. in	48,8	%	35,0 -
Biov. Testo b.	0,078	ng/ml-	1,260 -
Dihydrotestos.	306,0	pg/ml	250,0 -
GOT	26,0	U/l	0,0 -
GPT	29,7	U/l	0,0 -
GGT	42,9	U/l	0,0 -
Alk. Phosphatas	65,0	U/l	40,0 -
Cholesterin	155,00	mg/dl	0,00 -
HDL -Cholest.	59,30	mg/dl	40,00 -
LDL-Cholest.	90,00	mg/dl	0,00 -
Triglyceride	52,00	mg/dl	0,00 -
Harnsäure	4,20	mg/dl	0,00 -
Eisen	26,00	µg/dl-	65,00 -
Calcium	2,40	mmol/l	2,09 -
korr. Calcium	2,37	mmol/l	2,09 -
Natrium	144,00	mmol/l	135,00 -
Ferritin	196,0	ng/ml	13,5 -
Kreatinin	0,93	mg/dl	0,57 -
eGFR	103,90	ml/min.	90,00 -
Albumin	4,14	g/dl	3,50 -
Vitamin D	7,00	ng/ml-	20,00 -
CRP	3,60	mg/l	0,00 -
Leukozyten	4,6	k/µl	3,9 -
Erythrozyten	4,62	M/µl	4,00 -
Hämoglobin	14,1	g/dl	13,5 -
Hämatokrit	0,408	l/l	0,395 -
MCH	30,5	pg	27,0 -
MCV	88,3	fl	80 -
MCHC	34,6	g/dl	31,5 -
RDW	12,1	%	11,5 -
Thrombozyten	179	k/µl	150 -

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Fri, 03 Dec 2021 19:15:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Interessant

Dein Testosteron (gesamt) und das freie sind ziemlich tief

Nimmst du zu E2 und P4 auch CPA? Dut?

DHT mit ca 300 pg/ml ist eigentlich ganz okay

Unter 300 pg/ml komme ich auch nicht

SHBG ist niedrig.. Das wundert mich, da 137 pg/ml E2 in Ordnung sind

Wann wurde Blut abgenommen?

Wie lange nach der letzten application? Wieviel wurde genommen?

Nimmst du E2 sktrotal?

Danke für deine kostbaren Erfahrungen. Ich kann so viel von dir lernen

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sat, 04 Dec 2021 13:02:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das war so:

6:00 Uhr morgens Gynokadin-Gel zwei Hübe (1,5mg E2) auf beide Arme, kein CPA an dem Tag

Blutabnahme um 9:00Uhr, nüchtern, nur Mineralwasser getrunken, im sitzen 3x7,5ml aus der linken Armvene.

Beim nächsten mal verteile ich das E2 vor der Blutabnahme auf die Beine, mal sehen ob der E2-Spiegel dann auch so hoch wird.

Progesteron (Progestan 100mg) nehme ich erst seit diesem Tag, immer abends um 20:00 Uhr sublingual

CPA (Androcur 10mg)nehme ich immer jeden zweiten Tag morgens um 6:00Uhr nach dem Essen oral

Estradiol (Gynokadin) täglich morgens um 6:00Uhr topisch 1,5mg auf die Arme

Ich nehme kein Dut oder Fin. auf´s Skrotum mache ich nichts drauf.

LG  
Torsti

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 16 Dec 2021 15:36:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hier sind meine NEMs die ich mir in den letzten paar Wochen nacheinander aufgestockt habe

Mittags:

Grüner Tee mit Zitronensäure, oral und topisch

Eisen Liquid Plus von Red Care, 20ml:

Thiamin 0,83mg, Riboflavin 1,1mg, Niacin 12mg, Vitamin B6 1,05mg, Biotin 37,6µg, Vitamin B12 1,25µg, Vitamin C 60mg, Eisen 14mg

Abends:

All Aminos von Scitec Nutrition, 1 Portion 17g:

L-Lysin 1095mg, L-Threonin 985mg, L-Phenylalanin 992mg, L-Histidin 633mg, L-Methionin 222mg,

L-Tryptophan 73mg, L-Hydroxylysin 11mg, L-Leucin 1669mg, L-Valin 847mg, L-Isoleucin 841mg, L-Glutamin + L-Glutaminsäure 3345mg, L-Tyrosin 445mg, L-Prolin 228mg, L-Arginin 110mg, L-Hydroxyprolin 103mg, L-Cystein 43mg, L-Citrullin 500mg, Glycin 260mg, L-Asparagin + L-Asparaginsäure 204mg, L-Alanin 188mg, L-Serin 95mg, Magnesium 60mg

Vitamin D3 von Hevert, 1000 IE

Vitamin C + Zink, Doppelherz aktiv Heißer Holunder, 300mg Vitamin C + 5mg Zink

gelegentlich:

Kreatin, Creatine 1250 Mega Caps von Olimp, 2 Kapseln a 1400mg

100% Whey Protein von Scitec Nutrition, 30g mit Wasser:

Kohlenhydrate 1,9g, Protein 22g, Salz 0,43g, Fettsäuren 1,5g, Fett 2,4g, L-Glutamin 300mg, Taurin 990mg

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 16 Dec 2021 16:36:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

B12 wegen CPA?`

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 16 Dec 2021 16:40:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Thu, 16 December 2021 17:36B12 wegen CPA?`

Ja genau.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 16 Dec 2021 16:58:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Gut, habe ich auch vor.

Zu deinen DHT werten, ich frage mich ob die überhaupt noch groß relevant sind, Androcur blockiert ja weiterhin am Androgenrezeptor.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Fri, 17 Dec 2021 21:28:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Der DHT-Wert ist unter CPA nicht mehr so wichtig. Das Ergebnis zählt. Kaum HA am Kopf, dafür spärlicher Bartwuchs und zartere Körperbehaarung

Bei den Androgenrezeptoren der Haare und Talgdrüsen wirkt CPA als Antagonist. Das Zeug wirkt aber nur systemisch.

CPA senkt aber auch Ferritin und Eisenmangel ist nich gut für die Haare. Eisen wird mit Vitamin C besser im Körper aufgenommen.

Du brauchst für die Haare auch schwefelhaltige Aminosäuren wie Cystein und Methionin. Die anderen Aminos sind mehr für die Nerven, Muskelaufbau und Energie. Ich werde nicht mehr so müde um die Mittagszeit, ist mir aufgefallen.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 17 Dec 2021 21:57:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Puhh ich habe mich tatsächlich nicht so mit supps unter CPA beschäftigt,  
Vitamin B12 habe ich einzeln bestellt.

Ich merke nur, dass es mir unter CPA und E tausend Mal besser geht als unter FIN.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sat, 18 Dec 2021 21:23:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Heute hab ich mal meine Maximalkraft getestet. Hanteln und Hantelbank hab ich zuhause. Es hat mich interessiert wieviel Kraft ich noch habe.

Alles mit der Langhantel mit einer Wiederholung, die Werte von 2018 in Klammern daneben

Bankdrücken 55kg (60kg)  
Kniebeuge 45kg (55kg)  
Kreuzheben 60kg (65kg)  
Wadenheben 100kg (100kg)  
Schulternheben 85kg (90kg)  
Langhantelrudern 40kg (50kg)  
Langhantelcurl 30kg (30kg)  
Frontdrücken 30kg (35kg)

Bizepsumfang rechts 30cm, links 29cm.  
Beinbizeps rechts 50cm, links 49cm.  
Unterbrustumfang 81cm, Brustumfang 90cm

Seit heute morgen schmier ich mir Progestogel auf die Brust in der Hoffnung das ich nicht irgendwann mit dem Bikini ins Schwimmbad muss. P4 sublingual wollte ich erstmal nicht von 100 auf 200mg erhöhen.

Ende 2018 als ich noch ins Fitnessstudio ging hatte ich noch 64kg und 13,7% Körperfett, einen BMI von 20,8. Dann hatte ich keinen Bock mehr auf Fitnessstudio, mein Gewicht ging runter auf 60kg und das blieb seitdem konstant.

Ich bin bei ein paar Übungen ein wenig schwächer geworden nach einem halben Jahr CPA und E2. aber davor hatte ich auch seitdem ich nicht mehr ins Fitnessstudio gehe kaum noch trainiert.

Ich arbeite ja auch wie ein Kerl. Aber das ich nicht so schwach wie ein Baby geworden bin wundert mich schon. Bei meiner ersten HRT hatte der Katabolismus heftiger reingehauen obwohl ich noch nebenbei Sport gemacht habe.

Bin ich jetzt eine muscle-shemale, oder ab welchem Bizepumfang erst?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Piwie](#) on Mon, 20 Dec 2021 00:05:51 GMT

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

---

Interessant, die Körperproportionen entsprechen dem einer sportlichen Frau. Für die Umfänge scheinst du jedoch sehr stark zu sein. Ich hatte von 19-23 trainiert und wo ich in dem Bereich Bankdrücken 55kg und Langhantelcurl 30 kg war, betrug mein Brustumfang 110cm und 38cm Arm.

Nur so als Vergleichswert. :)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Wed, 22 Dec 2021 20:24:36 GMT

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

---

Also ich friere wie verrückt, letztes Jahr war die Heizung durchgängig aus, jetzt läuft sie ununterbrochen, hast du da auch was bemerkt?

Ansonsten nach 3 Wochen:

- \* Kaum Schweiss (und wenn Geruch nicht unangenehm)
  - \* Gesichtshaut viel reiner, keine Pickel mehr nicht mehr schwitzig
  - \* Brüste werden sensitiv
- 

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Wed, 22 Dec 2021 20:32:36 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Wed, 22 December 2021 21:24Also ich friere wie verrückt, letztes Jahr war die Heizung durchgängig aus, jetzt läuft sie ununterbrochen, hast du da auch was bemerkt?

Ansonsten nach 3 Wochen:

- \* Kaum Schweiss (und wenn Geruch nicht unangenehm)
- \* Gesichtshaut viel reiner, keine Pickel mehr nicht mehr schwitzig
- \* Brüste werden sensitiv

Mehr E2 = weniger T3

Du schlitterst wahrscheinlich in eine Schilddrüsenunterfunktion

P4 (100mg) und jod (ca 100 micrograms) sind dringend anzuraten..

Eine Schilddrüsenüberfunktion steht dem haarwiederwuchs im Wege und macht generell dünne strohige Haare...

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Wed, 22 Dec 2021 20:35:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wenn T3 wieder normal ist, ist das frieren weg bzw wieder normaler

Hin und wieder ein Tropfen Testosteron macht, wenn T3 stimmt, Hitze und Libido (Hohes E2 und steigendes T macht ziemlich wild und heiß)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 22 Dec 2021 21:00:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Wed, 22 December 2021 21:24Also ich friere wie verrückt, letztes Jahr war die Heizung durchgängig aus, jetzt läuft sie ununterbrochen, hast du da auch was bemerkt?

Ansonsten nach 3 Wochen:

- \* Kaum Schweiss (und wenn Geruch nicht unangenehm)
- \* Gesichtshaut viel reiner, keine Pickel mehr nicht mehr schwitzig
- \* Brüste werden sensitiv

Doch das kenne ich alles. Man friert schneller , die weibliche Temperaturregelung hält den Körperkern warm und macht die Gefäße in den Extremitäten dicht, Eisfinger und kalte Füße sind die Folge.

Über das geringe Schwitzen und Körpergeruch hab ich mich auch gefreut. Trotzdem ich immer geduscht habe und mir frische Sachen angezogen habe hat sich immer irgendeiner über meine Ausdünstungen beschwert. Das war schlimm, eine männliche Eigenschaft die man nicht braucht.

Pickel, Schuppen und SE hab ich auch fast gar nicht mehr. Nur jetzt im Winter habe ich mehr Hautprobleme als im Sommer aber nicht mehr so heftig wie ohne HRT. Wenn ich mir über die Stirn fahre spüre ich noch leichte Unreinheiten. Ich versuche das die ganze Zeit mit Grünem

Tee und Teebaumölcreme in den Griff zu bekommen. Zur Haarwäsche benutze ich noch Sebexol-Shampoo.

Zu den Brüsten, ja die werden berührungsempfindlicher, zuerst hat man eine wie eine harte Scheibe unter den Nippeln und Monate später kommt ein Wachstumsschub wo diese Drüsen plötzlich größer werden und bei Berührung richtig weh tun. Dagegen hilft nur P4 als Gel lokal und als Weichkapsel sublingual. Ich nehme momentan beides und es wirkt einigermaßen.

LG  
Torsti

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 22 Dec 2021 21:09:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

P4 nehme ich, sublingual, gyno stört mich aber nicht so.

Muss sagen:

Unter FIN war es schlimmer, morgens starkes frieren und nachts starkes schwitzen (was jetzt nicht mehr der Fall ist).

T3 werde ich beobachten momentan haben wir minus 8 Grad und die Fenster sind nicht gut, meine ex hat hier auch stark gefroren, sobald die Heizung aus war.

Bis jetzt: HRT tut mir unglaublich besser als Fin/Dut, starke Depressionen bis hin zu Suizidgedanken sind weg!

LG

Edit: Danke T ist sehr niedrig, wird nur noch Luft geschossen, lästiger Sexualtrieb ist weg, was ich als angenehm empfinde. Unter FIN war es eher ein wollen aber nicht können. Jetzt hat es keinen hohen Stellenwert mehr.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 22 Dec 2021 21:34:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@daniel91

Fühlst du dich jetzt weiblich und hat sich an deiner sexuellen Ausrichtung was geändert?

Hast du den Eindruck du wolltest jetzt weiblicher werden als vorher und nie mehr zurück wollen?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 22 Dec 2021 21:40:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

>Fühlst du dich jetzt weiblich  
Bis jetzt nicht, vorher war ich aber auch nicht besonders männlich

und hat sich an deiner sexuellen Ausrichtung was geändert?  
Ich fühle mich eher asexuell, nichts in Richtung Männer.

>Hast du den Eindruck du wolltest jetzt weiblicher werden als vorher und nie mehr zurück wollen?  
Ich glaube ich bin noch zu früh für emotionale Änderungen, dass einzige was ich gemerkt habe ist, dass ich 24/7 mit meinem Hund kuscheln möchte, vorher war mir das immer nicht so lieb.

Insgesamt fühle ich mich gut, schwer zu umschreiben, bin ausgeglichener und ruhiger.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Fri, 24 Dec 2021 10:16:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

probiert einer von euch "E2 auf die Stirn" aus?

Scrotal 6x 0,25 Hub (=6x ca 0,2 mg E2 = ca 1,0-1,2 mg E2 scrotal verteilt am Tag) mach ich seit Anf Dez.  
Stirn zusätzlich

<https://transfemscience.org/articles/genital-e2-application/>

====>

<https://transfemscience.org/assets/images/s7qio1uxkaw21.png>

dazu 50-100 mg P5 (P4 ist mir ausgegangen)  
und 10 mg Cortisol (antiinflammatorisch)

NEMs, Viramin B, Zink, Jod, Kalium, Minox oral, ....

das müsste klappen, um NW0 zu bekommen?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Fri, 24 Dec 2021 10:24:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

E2 injections müssten am stärksten sein... E2 Gel scrotal vllt auch....vllt ist das ähnlich.. ich merke Unterschiede zwischen der transdermal Applikation an den Armen und Beinen zu Scrotal und Stirn.

siehe diesen Thread: Ein User hat NW0 mit dicken Haaren bekommen, durch E2 injections, Minox und Tretinoin (topisch)  
mit Tret. werde ich auch beginnen

->  
<https://www.hairlosstalk.com/interact/threads/exploring-the-hormonal-route-hair-life.109288/page-987>

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 24 Dec 2021 11:11:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bin momentan bei 3\*1mg Estrofem sublingual alle 8 Stunden.

Gel Scrotal würde ich auch ausprobieren, Injections eher nicht, die werden aber auch zur Monotherapie eingesetzt.

Auch interessant:

[https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/b134nn/almost\\_8\\_months\\_hrt\\_some\\_days\\_i\\_feel\\_like\\_the/](https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/b134nn/almost_8_months_hrt_some_days_i_feel_like_the/)

Vor HRT: FIN+Minox, AGA gestoppt, kein Neuwuchs. Mit HRT dann krasser Neuwuchs.

Bei tretonin würde ich noch ein wenig forschen, habe einen Thread gesehen auf reddit, da sind die Haare extrem durch tretonin ausgedünnt (hat sich aber nach absetzen wieder beruhigt), finde ich leider nicht mehr :/

PS: Brauchst du ne Packung P4, wenn du in DE wohnst kann ich dir dass zum Pharmaonlinepreis zusenden, habe noch einen Jahresvorrat.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Fri, 24 Dec 2021 15:07:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für das Angebot und deine Hilfe :o :thumbup:

Anfang Januar bekomme ich vom Arzt wieder ein Rezept für 2 Monate..

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Fri, 24 Dec 2021 15:23:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

E2 auf die Stirn hab ich einmal gemacht und dann hatte ich leichte Kopfschmerzen. seitdem hab ich das nicht mehr getan

Mein nächster Termin für die Laboruntersuchung ist am 1.2. um 15Uhr statt morgens. Dann wird man bestimmt erkennen dass ich P4, Vitamin D3 und Eisen zuführe. Da sind dann 9 Wochen dazwischen das dürfte reichen um Ergebnisse zu sehen, weniger halte ich für zu früh. Meine Medikation und Nems werde ich bis dahin nicht mehr ändern.

Auf NW0 arbeite ich auch hin. Was hältst du von der Kombination Minox + Dut zusätzlich zu meinem Regimen um meine Front zu reparieren, Mike?

---

### File Attachments

1) [072248-25.jpg](#), downloaded 402 times

---



---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Fri, 24 Dec 2021 15:40:27 GMT

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

---

Torsti schrieb am Fri, 24 December 2021 16:23E2 auf die Stirn hab ich einmal gemacht und dann hatte ich leichte Kopfschmerzen. seitdem hab ich das nicht mehr getan

Mein nächster Termin für die Laboruntersuchung ist am 1.2. um 15Uhr statt morgens. Dann wird man bestimmt erkennen dass ich P4, Vitamin D3 und Eisen zuführe. Da sind dann 9 Wochen dazwischen das dürfte reichen um Ergebnisse zu sehen, weniger halte ich für zu früh. Meine Medikation und Nems werde ich bis dahin nicht mehr ändern.

Auf NW0 arbeite ich auch hin. Was hälts du von der Kombination Minox + Dut zusätzlich zu meinem Regimen um meine Front zu reparieren, Mike?

Zusätzlich minox und dut?  
Zu P4 und E2..... :thumbup:

Das ist eine gute Kombi

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Fri, 24 Dec 2021 20:21:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Wed, 22 December 2021 22:34@daniel91

Fühlst du dich jetzt weiblich und hat sich an deiner sexuellen Ausrichtung was geändert?

Hast du den Eindruck du wolltest jetzt weiblicher werden als vorher und nie mehr zurück wollen?

Der Punkt mit dem nie wieder zurück wollen ist bei mir sehr ausgeprägt.

Ich habe mir heute morgen Bilder von mir von vor 10 Jahren zu Weihnachten angesehen.. Oh man sah ich furchtbar aus.... Heute habe ich gefühlt doppelt so viel Haare wie damals und bin 15 kg schwerer.. Mit heute viel bessere proportionen und schönerem Gesicht...

Das mit der Kraft ist auch bei mir so... So kräftig wie jetzt war ich noch nie... Auch die Ausdauer ist mehr... ;-)

Vor 10 Jahren sah ich auch älter als heute aus... Ich hatte im Gesicht einige falten... Nun sind die über die Jahre hinweg schleichend verschwunden.

Ich liebe mein E2 und P4(P5)

Es hat mein Leben gerettet.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 24 Dec 2021 20:37:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich verstehe was du meinst ;)

Jetzt noch den Alkoholismus in den Griff bekommen und ich bin auch mehr als Happy.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [REMOLAN](#) on Sat, 25 Dec 2021 01:57:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Interessanter Thread :)

Umso besser, zusätzlich zur hormonellen Einstellung noch entsprechend hochwertige Ernährung, Supplementierung und Bewegung zu praktizieren...auch nicht-Rauchen und wenig Alkohol sind hilfreich, dass der Rest besser im Gleichgewicht ist.  
Ich merke zB, dass ich jetzt zB von der Haut her "jünger" wirke, als mit 22 vor 7 Jahren, mitunter weil ich jetzt nicht mehr rauche, mehr auf Sonnenschutz im Gesicht achte, besser esse, gezielte NEMs nehme und der Schlaf besser ist,...

Es ist beinahe ein Naturgesetz, dass mit zunehmender Virilisierung auch mehr Parallelen zu Verwandten auftauchen (die von AGA betroffen sind)... bis Anfang 20J ist es oft so, dass die Gesichtszüge eher weich-leicht maskulin bis "hübsch" sind und ab dann langsam mehr verhärten, mit breiterer Stirn, irgendwie "trockener" und hager, oder (häufiger) aufgedunsen+gröber und etwas fahlere Ausstrahlung.

Das Ganze geht wohl statistisch gesehen auch einher mit Tendenzen zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Prostata-Problemen. Im Endeffekt nichts anderes, als die Kombination aus "normalem" Altern von Zellen und dem zunehmenden Ungleichgewicht an Hormonen, was täglich eine kleine Spur in Richtung Degeneration und Pathologie verschiebt :? Gut, dass man solche Tendenzen mittlerweile mehr beeinflussen kann.

Die Frage ist, kann Man(n) E2 transdermal/skrotal und P4 rektal/sublingual inklusive aktivem "gesunden" Lebensstil als Regimen machen und dabei noch "Mann" sein, also Libido haben und ein gewisses Maß an Tatendrang?  
Oder führt dieses Regimen bzw erweiterte Formen davon unweigerlich zu einem "schöneren Mannesbild", das aber auf Kosten von (An)trieb und allgemein maskulinem Verhalten/Empfinden geht..?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Sat, 25 Dec 2021 12:19:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

REMOLAN schrieb am Sat, 25 December 2021 02:57Interessanter Thread :)

Umso besser, zusätzlich zur hormonellen Einstellung noch entsprechend hochwertige

Ernährung, Supplementierung und Bewegung zu praktizieren...auch nicht-Rauchen und wenig Alkohol sind hilfreich, dass der Rest besser im Gleichgewicht ist.

Ich merke zB, dass ich jetzt zB von der Haut her "jünger" wirke, als mit 22 vor 7 Jahren, mitunter weil ich jetzt nicht mehr rauche, mehr auf Sonnenschutz im Gesicht achte, besser esse, gezielte NEMs nehme und der Schlaf besser ist,...

Es ist beinahe ein Naturgesetz, dass mit zunehmender Virilisierung auch mehr Parallelen zu Verwandten auftauchen (die von AGA betroffen sind)... bis Anfang 20J ist es oft so, dass die Gesichtszüge eher weich-leicht maskulin bis "hübsch" sind und ab dann langsam mehr verhärten, mit breiterer Stirn, irgendwie "trockener" und hager, oder (häufiger) aufgedunsen+gröber und etwas fahlere Ausstrahlung.

Das Ganze geht wohl statistisch gesehen auch einher mit Tendenzen zu Herz-Kreislauf-Erkrankungen und Prostata-Problemen. Im Endeffekt nichts anderes, als die Kombination aus "normalem" Altern von Zellen und dem zunehmenden Ungleichgewicht an Hormonen, was täglich eine kleine Spur in Richtung Degeneration und Pathologie verschiebt :? Gut, dass man solche Tendenzen mittlerweile mehr beeinflussen kann.

Die Frage ist, kann Man(n) E2 transdermal/skrotal und P4 rektal/sublingual inklusive aktivem "gesunden" Lebensstil als Regimen machen und dabei noch "Mann" sein, also Libido haben und ein gewisses Maß an Tatendrang?

Oder führt dieses Regimen bzw erweiterte Formen davon unweigerlich zu einem "schöneren Mannesbild", das aber auf Kosten von (An)trieb und allgemein maskulinem Verhalten/Empfinden geht..?

Das wäre der heilige Gral. Bin viel am herumexperimentieren aber es macht den Anschein, dass es nicht möglich ist.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Tue, 18 Jan 2022 19:21:47 GMT

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

---

Gestern hab ich mir von meiner Hausärztin die Schilddrüse per Sono untersuchen lassen. Sie fand einen Knoten links basal noch keine 5mm groß. Ansonsten war nichts auffällig. Das deutet auf einen Jodmangel hin den ich entweder habe oder irgendwann mal hatte, keine Ahnung.

Auf dem Heimweg hab ich mir Jodid 200 aus der Apotheke besorgt. davon nehme ich ab jetzt täglich zum Essen eine Halbe also 100µg, für zwei Wochen. Die Schilddrüse braucht das Jod um zu funktionieren. Ich verhalte mich im Moment als hätte ich tatsächlich einen Mangel und führe es extern zu.

Ich habe einen Verdacht auf Hypothyreose sowie es mir manchmal geht. Morgen früh lasse ich mir Blut abnehmen für die Schilddrüsenwerte. Und zwar alle, nicht nur TSH. Vielleicht bin ich danach schlauer

---

### File Attachments

1) [20220117\\_162532b.jpg](#), downloaded 416 times

Allg. med. Pra

HD  
sd II basal



D T R  
30 120



Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 26 Jan 2022 14:44:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Leute!

Ich war heute bei meiner Frauenärztin zur Brustuntersuchung, Abtasten und Ultraschall alles unauffällig. Hätte ich nicht gedacht nach so vielen Jahren auf-und Abbau.

Bei Vorsorgeuntersuchungen für Männer ist Kontrolle der Gyno irgendwie nicht dabei. Also musste ich mich selber drum kümmern.

Vom Progestan sind meine Tittchen schon unempfindlicher gegenüber Berührungen geworden. Bin dort weniger erregbar als vorher. Wenn mich davor eine Frau dort berührte, hatte mich das geil gemacht. Ich habe damit wahrscheinlich sogar einen Wachstumsstopp eingeleitet. Es scheint mich zu vermännlichen, auch vom Gefühl her bin nicht mehr so girly wie vorher. Der Orgasmus wurde besser aber maskuliner. Vom E2 kann ich schon besser schlafen als vorher und das P4 hat es nochmal leicht verstärkt.

Noch das Progestogel zusätzlich auf die Brust zu schmieren hätte ich mir ja eigentlich sparen können. Ich werde es in einer Woche zusammen mit Jod und Eisen absetzen

Morgen bekomme ich meine Schilddrüsenwerte. Mal sehen was dabei rauskommt. Geschlechtshormone lasse ich nächste Woche getrennt bestimmen. Mein P4-Wert wäre mal interessant.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Wed, 26 Jan 2022 16:10:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

normal feminisiert P4 mit E2  
anders ist der Pfad in die 17-hydroxylase..

das war bei mir auch so

Dexamethason und später Cortisol exogen haben den Pfad reduziert ....  
sprich, die NNR beruhigt... -> besseres Haar, weniger viril, mehr und empfindlichere Brüste...  
etwas schöneres Haar und Flaum in den Ecken... trichodynie ist weg (solange vorallem E2 sehr hoch ist und Cortisol zugefügt wird (und kurweise CPA 12,5mg 1wo on 2 wo off..in etwa))

etwas Testosteron zu hohem E2 (in Abwesenheit von CPA) und Anwesenheit von höherem exogen Cortisol macht eine große weibliche Brust

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 27 Jan 2022 15:28:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich hab die Schilddrüsenwerte

FT3 3,42pg/ml ..... Normbereich 2,00 - 4,40  
FT4 1,53ng/dl ..... Normbereich 0,93 - 1,70  
TSH 1,55 µIU/ml .. Normbereich 0,27 - 4,20

Alle Werte ok, doch keine UF wie befürchtet, weil ich erhöhtes Kälteempfinden und Ermüdbarkeit habe

Den Blutdruck hab ich noch gemessen bekommen. Die Ärztin meinte dann zu mir: "90 zu 60, Sie haben ja einen Blutdruck wie ein junges Mädchen" 8o

Vielleicht macht mir das CPA doch Probleme. Zusammen mit P4 nehme ich ja gleichzeitig zwei Gestagene ein. Das verträgt sich wohl doch nicht so ganz. Ich werde der Sache nachgehen

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Thu, 27 Jan 2022 15:57:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

P4 schadet dir sicher nicht

Es ist cpa was die Kälteneigung macht.

Es hemmt auch die NNR, die 3bHSD und senkt Eisen und B12 = Erythrozyten, Hämoglobin, hämatokrit und erhöht d-dimere

Ich würde über längere off Phasen nachdenken.. So 1 wo on und 3 wo off

Und Hochdosiert exogen B12 und Eisen einnehmen.. Oder generell nems (eher als muss als soll)

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Thu, 27 Jan 2022 16:04:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ok, das ist nicht ganz zutreffend... Geht aber in diese Richtung..

Anämie oder leichte hypovolämie.

<https://flexikon-mobile.doccheck.com/de/Hypovol%C3%A4mie>

Testosteronmangel und unwirksames Progesteron, da Aldosteron auch zu fallen scheint (leicht)

P4 geht über die 17 $\alpha$  Hydroxylase zu 17 $\alpha$ OH-P4 und Androstendion. DHEA geht in den Keller, da weniger ACTH, Cortisol auch...

5 $\alpha$  Androstendion und DHT könnten im mittleren Feld sein (400 pg/ml ca)

In dieser Falle bin ich lange gesteckt... Es hat sich haartechnisch nicht mehr viel getan und ich war verunsichert...

Weniger CPA oder Pausen, mehr Cortisol, mehr E2, NEMs haben dann doch wieder was bewirkt was Feminisierung und Haarwachstum angeht.... ;-)) Mal sehen was sich noch optimieren lässt

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Fri, 28 Jan 2022 13:01:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wie ist es eigentlich möglich, dass du deinen Haarstatus von 2012 bis 2021 in der HRT freien Zeit gehalten hast? Ich mein du schreibst nach einem Friseurbesuch sah es nicht mehr gut aus. Und das nach neun Jahren! Gibt's Fotos deines Haarstatus über die Zeit?

Würde mich echt interessieren und meine These, dass der HA bei sehr vielen in Schüben verläuft und abseits dieser Schübe kein großer Verlust stattfindet, untermauern.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Fri, 28 Jan 2022 13:30:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Fri, 28 January 2022 14:01 Wie ist es eigentlich möglich, dass du deinen Haarstatus von 2012 bis 2021 in der HRT freien Zeit gehalten hast? Ich mein du schreibst nach einem Friseurbesuch sah es nicht mehr gut aus. Und das nach neun Jahren! Gibt's Fotos

deines Haarstatus über die Zeit?

Würde mich echt interessieren und meine These, dass der HA bei sehr vielen in Schüben verläuft und abseits dieser Schübe kein großer Verlust stattfindet, untermauern. Der Status an der Front hatte sich schleichend verschlechtert ab Anfang 2013 und vor einem Jahr muss ich einen Schub gehabt haben der mir auch den Wirbel lichtete. Dieser ist durch mein Regimen wieder dicht. Nach Fotos muss ich mal schauen.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Fri, 28 Jan 2022 14:23:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Fri, 28 January 2022 14:30Christian24 schrieb am Fri, 28 January 2022 14:01Wie ist es eigentlich möglich, dass du deinen Haarstatus von 2012 bis 2021 in der HRT freien Zeit gehalten hast? Ich mein du schreibst nach einem Friseurbesuch sah es nicht mehr gut aus. Und das nach neun Jahren! Gibt's Fotos deines Haarstatus über die Zeit?

Würde mich echt interessieren und meine These, dass der HA bei sehr vielen in Schüben verläuft und abseits dieser Schübe kein großer Verlust stattfindet, untermauern. Der Status an der Front hatte sich schleichend verschlechtert ab Anfang 2013 und vor einem Jahr muss ich einen Schub gehabt haben der mir auch den Wirbel lichtete. Dieser ist durch mein Regimen wieder dicht. Nach Fotos muss ich mal schauen.  
Ok, danke für deine Erfahrungen. Find ich trotzdem spannend den langen Zeitraum. Ich selbst hatte auch fast zehn Jahre Ruhe bis es im März 21 plötzlich hinten losging. Hab aber auch Fin genommen.

Hat sich deine Brust eigentlich in dieser langen androgenen Phase wieder zurück entwickelt oder ist sie gleich geblieben?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Fri, 28 Jan 2022 14:32:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Fri, 28 January 2022 15:23

Hat sich deine Brust eigentlich in dieser langen androgenen Phase wieder zurück entwickelt oder ist sie gleich geblieben?  
Nicht vollständig zurückentwickelt. Man konnte Jahre nach Absetzen noch was erkennen. Jetzt habe ich wieder feste junge Brüste. Die Frauen sind bestimmt neidisch drauf. :d

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Fri, 28 Jan 2022 14:37:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Fri, 28 January 2022 15:32 Christian24 schrieb am Fri, 28 January 2022 15:23

Hat sich deine Brust eigentlich in dieser langen androgenen Phase wieder zurück entwickelt oder ist sie gleich geblieben?

Nicht vollständig zurückentwickelt. Man konnte Jahre nach Absetzen noch was erkennen.

Jetzt habe ich wieder feste junge Brüste. Die Frauen sind bestimmt neidisch drauf. :d

Aber es ging sozusagen wieder in die andere Richtung? Das bedeutet das eine Gyno bis zu einem gewissen Grad wieder rückgängig zu machen ist.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Fri, 28 Jan 2022 14:50:42 GMT

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

---

Christian24 schrieb am Fri, 28 January 2022 15:37

Aber es ging sozusagen wieder in die andere Richtung? Das bedeutet das eine Gyno bis zu einem gewissen Grad wieder rückgängig zu machen ist.

Ja es geht alles wieder in richtung maskulin. Die Eier werden auch wieder voller, der Bolzen härter.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Sun, 30 Jan 2022 18:02:47 GMT

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

---

mike. schrieb am Thu, 27 January 2022 16:57P4 schadet dir sicher nicht

Es ist cpa was die Kälteneigung macht.

Es hemmt auch die NNR, die 3bHSD und senkt Eisen und B12 = Erythrozyten, Hämoglobin, hämatokrit und erhöht d-dimere

Ich würde über längere off Phasen nachdenken.. So 1 wo on und 3 wo off

Ich habe zwei Möglichkeiten:

CPA halbieren auf 5mg oder CPA zeitweise aussetzen. welches on-off weis ich noch nicht, bin noch am überlegen

Die E2-Zufuhr lasse ich wie sie ist. Ich warte erstmal die Hormonwerte ab die ich nächsten Dienstag bestimmen lasse

mike. schrieb am Thu, 27 January 2022 16:57

Und Hochdosiert exogen B12 und Eisen einnehmen.. Oder generell nems (eher als muss als soll)

---

Ich werde zusätzlich Vit B12 + Folsäure 2,5mg supplimieren. 4µg B12 täglich sollten ausreichen, zuviel macht nur Pickel  
Eisen hab ich schon auf 35mg erhöht. Wenn der D3-Spiegel beim nächsten Blutbild immernoch zu niedrig ist werde ich die Dosis 1000IE entweder verdoppeln oder vervierfachen

mike. schrieb am Thu, 27 January 2022 17:04Ok, das ist nicht ganz zutreffend... Geht aber in diese Richtung..

Anämie oder leichte hypovolämie.

Stimmt, es erinnert daran. Aber mein Puls ist normal und an der Anzahl der Blutzellen war nichts auffälliges beim letzten Blutbild. Mal schauen was beim nächsten Blutbild rauskommt. Dut kann ich im Moment vergessen bei meinem Mädchenblutdruck. Dann bleibt mir nur noch Minox. Minoxicutan werde ich ab nächster Woche auftragen nachdem ich Sebexol abgesetzt habe. Meiner Kopfhaut gehts schon besser.

mike. schrieb am Thu, 27 January 2022 17:04

Testosteronmangel und unwirksames Progesteron, da Aldosteron auch zu fallen scheint (leicht)

P4 geht über die 17α-Hydroxylase zu 17-OHP4 und Androstendion. DHEA geht in den Keller, da weniger ACTH, Cortisol auch...

5α-Androstendion und DHT könnten im mittleren Feld sein (400 pg/ml ca)

In dieser Falle bin ich lange gesteckt... Es hat sich haartechnisch nicht mehr viel getan und ich war verunsichert...

Genauso geht es mir jetzt. nach 7 Monaten HRT tut sich an Front und Ecken nichts mehr. Der Wirbel ist dicht, der Mittelscheitel ist dicht. Testo war bei mir 0,16. Könnte ich leicht anheben, aber es soll noch unter 1ng/ml bleiben damit ich nicht wieder zum Schimpansen mutiere

LG  
Torsti

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Sun, 30 Jan 2022 18:08:13 GMT

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

---

Verstehe nicht wozu Dut, wenn du mit CPA den Androgenrezeptor eh schon blockierst und T tief ist.

Bei mir als NW5 kommt unter CPA (Jeden 2. Tag 12.5mg) + 4mg E2 Buccal + 2\* 1ml Minox schon was zurück nach Monat 2 :)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sun, 30 Jan 2022 19:08:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Sun, 30 January 2022 19:08Verstehe nicht wozu Dut, wenn du mit CPA den Androgenrezeptor eh schon blockierst und T tief ist.

Bei mir als NW5 kommt unter CPA (Jeden 2. Tag 12.5mg) + 4mg E2 Buccal + 2\* 1ml Minox schon was zurück nach Monat 2 :)

Ich gehe ja mit CPA runter wegen NW und Potenzschwäche. Ausserdem rede ich vom 7. Monat, im 2. wurde es bei mir auch besser aber jetzt verändert sich nix mehr. Das ist aber individuell. Deswegen wollte ich die Kombination Dut+Minox zusätzlich.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Sun, 30 Jan 2022 19:24:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Kannst den DermaRoller mal noch hinzufügen, wenn Dut eh erstmal keine Option ist.

Zur Müdigkeit:

Ich habe gemerkt, dass wenn ich P4 sublingual abends einnehme, dass ich morgens total müde und gerädert bin, deswegen ist es bei mir wieder komplett raus geflogen.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Mon, 31 Jan 2022 07:40:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Meine Meinung: CPA ist einfach Gift für den Körper. Deine Blutwerte die du hineingestellt hast, sind zwar alle im Referenzbereich aber vor allem die roten Blutkörperchen nicht berauschend.

Ich selbst habe beschissene Blutwerte unter CPA bekommen. Ich nahm aber auch keine NEMS. Die Nebenwirkung einer Anämie wird einfach nur beiläufig erwähnt, ein Absinken der roten BK trifft aber praktisch jeden. Ich Versuch wegzukommen von dem Scheiß.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 31 Jan 2022 08:07:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Mon, 31 January 2022 08:40 Meine Meinung: CPA ist einfach Gift für den Körper. Deine Blutwerte die du hineingestellt hast, sind zwar alle im Referenzbereich aber vor allem die roten Blutkörperchen nicht berauschend.  
Ich selbst habe beschissene Blutwerte unter CPA bekommen. Ich nahm aber auch keine NEMS. Die Nebenwirkung einer Anämie wird einfach nur beiläufig erwähnt, ein Absinken der roten BK trifft aber praktisch jeden. Ich Versuch wegzukommen von dem Scheiß.  
Du hast doch CPA ohne E2 genommen, ohne ein dominantes Sexhormon ist jeder Blocker gift.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 31 Jan 2022 08:20:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

CPA senkt ziemlich stark Cortisol und fördert wieder Entzündungen.

Es ist einfach gift.

Auf der anderen Seite komme auch ich nicht weg davon, da scheinbar die AR trotz hohen E2 upreguliert sein müssten..

On off 1/3 wo oder ähnliches und nems sind einfach "Pflicht"...

Nach 10 Jahren experimentieren kann ich das heute so sagen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 31 Jan 2022 08:25:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Sun, 30 January 2022 20:24 Kannst den DermaRoller mal noch hinzufügen, wenn Dut eh erstmal keine Option ist.

Zur Müdigkeit:

Ich habe gemerkt, dass wenn ich P4 sublingual abends einnehme, dass ich morgens total müde

---

und gerädert bin, deswegen ist es bei mir wieder komplett raus geflogen.

Ich hoffe, du hast P4 nicht entsorgt sondern nur mal weg geräumt.

Irgendwann wirst du es brauchen.

P4 hat meiner Oma das Leben gerettet... Und mir die Gesundheit. Hohes Cpa und E2 machten bei mir auf Dauer Ödeme und schlaffe Haut, samt schlechter Wundheilung. P4.. Zumindest 2x pW half mir

Dut, fin und cpa greifen leider auch in den P4 Stoffwechsel ein.. Jeder auf seine Weise.

Cpa antagonisiert mit P4 um den AR und P4R,  
Es senkt von Anfang an schon P4 usw.. 3bhsd, Aldosteron, Cortisol usw....

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Mon, 31 Jan 2022 08:39:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Stimmt ja nicht. Am Anfang schon aber das ist schon ewig her. CPA selbst verändert die Blutwerte, sonst nichts anderes.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 31 Jan 2022 08:50:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Weggeschmissen habe ich nichts =)  
Alternativ kann man ja statt CPA über Bicalutamide nachdenken

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 31 Jan 2022 10:10:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bicalutamide teste ich momentan.... ;-)

CPA ist mal off.. Für Monate..

Ich kann im April mehr berichten :o

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

---

Posted by [daniel91](#) on Mon, 31 Jan 2022 18:32:57 GMT

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

---

mike. schrieb am Mon, 31 January 2022 11:10

Bicalutamide teste ich momentan.... ;-)

CPA ist mal off.. Für Monate..

Ich kann im April mehr berichten :o

Bin gespannt, berichte mal!

Ich bin unter CPA+E2 einfach nur ein bisschen Müde,  
dass liegt aber wahrscheinlich auch an der second puberty und die Änderungen wie  
Muskelatrophie, Brustwachstum und Fettumverteilung, da  
passiert schon ne ganze Menge in den ersten 2 Monaten...  
Zudem sind 6 Stunden durchschnittlicher Schlaf und zu wenig KCal Zufuhr auch ein Faktor  
(800-1000Kcal Essen - 1500 Kcal Grundbedarf - 800 Kcal Sport(Gassi)).

Ansonsten ein ganz anderes Lebensgefühl als unter Fin (auch mit P4).

P4 habe ich die letzten Wochen nur genommen, wenn ich abends mal wieder ein wenig  
abschalten wollte, man wird angenehm schläfrig, dafür fühlt man sich am Morgen leider total  
k.O

Das gefriere nervt mich allerdings auch, kommt nur vor wenn ich Zuhause im Home-Office am PC  
sitze, sobald ich mich draußen auch bei minus Graden bewege ist alles gut.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Mon, 31 Jan 2022 18:41:47 GMT

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

---

Die Müdigkeit ist Cortisolmangel

Es könnten 10mg Cortisol morgens ganz gut tun..

Zumindest um den CPA induzierten Mangel auszugleichen.

PS: Achte auf Deine Zähne, akribisch, solange Du mit CPA hantierst..;-)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Tue, 01 Feb 2022 17:48:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@mike

Ich hab dir eine E-Mail geschickt mit Fotos von mir. Kannst ja mal schauen. Mich würde es interessieren was du dazu sagst.  
Du kannst es auch von mir aus hier rein schreiben.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 01 Feb 2022 18:16:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Tue, 01 February 2022 18:48@mike

Ich hab dir eine E-Mail geschickt mit Fotos von mir. Kannst ja mal schauen. Mich würde es interessieren was du dazu sagst.  
Du kannst es auch von mir aus hier rein schreiben.

ich schaue nachher, wenn ich zuhause bin, im Postfach nach und schreibe per E-Mail zurück :)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Tue, 01 Feb 2022 19:16:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Tue, 01 February 2022 19:16

ich schaue nachher, wenn ich zuhause bin, im Postfach nach und schreibe per E-Mail zurück :)

Ich hab deine Antwort gelesen. ;)

vielen Dank! :o

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 07 Feb 2022 10:26:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@mike @torsti

Wie kommt ihr eigentlich mit 200mg P4 sublingual zurecht?  
Das Zeug tut mir abends richtig gut und entspannt, aber morgens bin ich sowas von weggeklatscht und müde...

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Mon, 07 Feb 2022 13:08:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Mon, 07 February 2022 11:26@mike @torsti

Wie kommt ihr eigentlich mit 200mg P4 sublingual zurecht?  
Das Zeug tut mir abends richtig gut und entspannt, aber morgens bin ich sowas von weggeklatscht und müde...

Ich schlafe damit gut und bin auch morgens wach.

Seit kurzem nehme ich es wieder morgens (ich habe das Gefühl der Pfad zu Allopregnanolon und Cortisol wird eher ausgeschöpft anstatt Androstendion)

Ab 22.00 bin ich immer sehr schnell müde.. Dafür am Tag hellwach und fit

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Mon, 07 Feb 2022 13:09:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ach ja..

Mehr wie 100mg nehme ich nicht mehr... ;-)  
Wozu sollte mehr als 100mg gut sein.... 3 ng/ml P4 reichen aus ;)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Mon, 07 Feb 2022 13:11:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Noch was

On off würde ich dringend empfehlen bei cpa

2 wo on 2 wo off.. In etwa

Es macht müde, senkt Cortisol und macht sauerstoffmangel (=müde) bei zulange on

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 07 Feb 2022 13:29:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Mon, 07 February 2022 14:11

Noch was

On off würde ich dringend empfehlen bei cpa

2 wo on 2 wo off.. In etwa

Es macht müde, senkt Cortisol und macht sauerstoffmangel (=müde) bei zulange on

Hab ein wenig angst, dass mein E2 dann zu T wird :/

100mg P4 muss ich dann mal ausprobieren, 200mg knallen mich komplett weg, ungefähr so:  
[https://www.reddit.com/r/BabyBumps/comments/a2fxke/progesterone\\_exhausted\\_feeling\\_huge\\_unmotivated/](https://www.reddit.com/r/BabyBumps/comments/a2fxke/progesterone_exhausted_feeling_huge_unmotivated/)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 07 Feb 2022 14:18:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wie, E2 wird zu T?

Das geht nicht.

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Mon, 07 Feb 2022 16:54:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Mon, 07 February 2022 11:26@mike @torsti

Wie kommt ihr eigentlich mit 200mg P4 sublingual zurecht?

Das Zeug tut mir abends richtig gut und entspannt, aber morgens bin ich sowas von weggeklatscht und müde...

Ich kann damit besser schlafen und bin morgens sofort wieder wach. Ich habe aber immer nur 100mg genommen das reicht vollkommen aus. Mein Wert liegt momentan bei 1,59ng/ml das ist schon im weiblichen Bereich.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Mon, 07 Feb 2022 19:10:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Die neuen Laborwerte sind da

E2 im Keller, ich krieg die Krise x(

Estradiol liegt unter der Nachweisgrenze von 24... Im November hatte ich noch gute befunde (137pg/ml)

T ist immernoch supprimiert das macht das CPA

Ferritin liegt im oberen Normbereich (232,1)

Den Eisenstatus macht man an Ferritinwert fest weil der Eisenwert alleine zu stark schwankt.

Vitamin D3 hat sich erholt, ich supplimiere ab jetzt die doppelte Portion (2000 IE)

Für Cortisol muss man morgens Blut abnehmen deswegen fehlt dieser Wert, für Prolaktin eigentlich auch weil der Wert dann am höchsten ist. Dieses Mal ließ ich nachmittags um 15Uhr Blut abnehmen.

Ich mache seit einer Woche etwas anders:

- CPA habe ich halbiert, einen Tag off dazwischen wie immer
- Progestan nur noch an Tagen zwischen dem Androcur, also auch täglich on-off
- Progestogel abgesetzt
- Minoxidil morgens lokal
- Vom E2-Gel appliziere ich jetzt 3 Portionen. Zwei Hübe trage ich morgens auf den Oberschenkeln auf und abends noch einen dritten Hub (Tropfen) auf die Stirn

So will ich die nächsten 6 Monaten weitermachen

ich fahre ganz gut damit, mir geht es tatsächlich besser, tagsüber weniger müde und mehr Antrieb. Sexuell geht bei mir aber immer noch nix. Ich habe auch wieder mit Sport angefangen, das tut mir gut.

## File Attachments

1) [1feb2022.JPG](#), downloaded 330 times

Bezeichnung	Wert	Normbereich
01.02.22 Testosteron	0,16 ng/ml-	2,40 - 80,71
SHBG	29,0 nmol/L	14,0 - 71,0
Fr. Andr.Index	1,90 kA-	15,00 - 95,00
LH	0,19 U/l-	0,60 - 12,10
FSH	0,51 U/l-	1,00 - 12,10
Östradiol	< 24 pg/ml	0,00 - 50,00
Progesteron	1,59 ng/ml+	0,00 - 0,50
Prolaktin	6,32 ng/ml	3,46 - 19,40
Eisen	123,00 µg/dl	65,00 - 175,00
Ferritin	232,1 ng/ml	13,5 - 401,8
Vitamin D	30,00 ng/ml	20,00 - 100,00

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Mon, 07 Feb 2022 19:36:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du hast zuvor 3 hub e2 gel (oestrogel) genommen?

=

2,25mg E2 transdermal?

E1 dürfte astronomisch sein

Zuviel macht escape effects

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 07 Feb 2022 19:49:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Niedriges E2/T und dir geht es damit gut?

Das solltest du überwachen, sonst gibt es bald Menopausen-Symptome.

Du machst das doch offiziell?

Warum keine Injektionen? Da könntest du dir auch das CPA sparen.

Vor dem Gel hast du doch Estrofem genommen?

Liegen die tiefen Werte evtl daran ?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Mon, 07 Feb 2022 21:01:31 GMT

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

---

mike. schrieb am Mon, 07 February 2022 20:36

Du hast zuvor 3 hub e2 gel (oestrogel) genommen?

=

2,25mg E2 transdermal?

E1 dürfte astronomisch sein

Zuviel macht escape effects

Nein 1,5mg E2 morgens und einen Tropfen abends

Mit den Änderungen habe ich erst nach dem Labortest angefangen

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Mon, 07 Feb 2022 21:11:41 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Mon, 07 February 2022 20:49Niedriges E2/T und dir geht es damit gut?

Das solltest du überwachen, sonst gibt es bald Menopausen-Symptome.

Du machst das doch offiziell?

Warum keine Injektionen? Da könntest du dir auch das CPA sparen.

Vor dem Gel hast du doch Estrofem genommen?

Liegen die tiefen Werte evtl daran ?

Ich nehme seit 7 Monaten Gynokadin Gel. Den tiefen Wert kann ich mir nicht erklären. Es kann auch ein Messfehler sein.

Injektionen könnten eine Lösung sein, ich denke mal drüber nach :thumbup:

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 08 Feb 2022 07:20:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Beim gel ist es besser..

Nicht auf einmal 2 hub nehmen.. Das ist ein peak und der Overkill  
Besser wäre 4x 0.5 hub an verschiedenen Stellen..

Die peaks sind immer schlecht

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 08 Feb 2022 07:26:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 08:20Beim gel ist es besser..

Nicht auf einmal 2 hub nehmen.. Das ist ein peak und der Overkill  
Besser wäre 4x 0.5 hub an verschiedenen Stellen..

Die peaks sind immer schlecht

?

E Peaks empfinde ich auch nicht als wohltuend,

deswegen splitte ich meine Dosis auf 4 Einnahmen

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Shibalnu](#) on Tue, 08 Feb 2022 07:36:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Mon, 07 February 2022 22:11 Es kann auch ein Messfehler sein.

Dein SHBG ist ja auch ziemlich niedrig, sieht eher nach Anwendungsfehler aus, beim Gel wird ja doch leider viel rumgemurkst.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Tue, 08 Feb 2022 07:49:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@ Shiba

Im November war das SHBG auch nicht besonders hoch aber das E2 war in Ordnung. Ich verwende das Gel seit Jahren gleich und jetzt soll irgendwas nicht stimmen.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Shibalnu](#) on Tue, 08 Feb 2022 08:08:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ja nur waren deine Werte bereits im November murks.

Torsti schrieb am Sat, 04 December 2021 14:02Das war so:  
6:00 Uhr morgens Gynokadin-Gel zwei Hübe (1,5mg E2) auf beide Arme, kein CPA an dem Tag  
Blutabnahme um 9:00Uhr  
= Murks durch Kontamination  
Man trägt kein Gel dort auf, wo später die Blutentnahme stattfindet und schon garnig kurz davor.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15283926/>

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 08 Feb 2022 08:46:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Shibalnu schrieb am Tue, 08 February 2022 09:08  
Ja nur waren deine Werte bereits im November murks.

Torsti schrieb am Sat, 04 December 2021 14:02Das war so:  
6:00 Uhr morgens Gynokadin-Gel zwei Hübe (1,5mg E2) auf beide Arme, kein CPA an dem Tag  
Blutabnahme um 9:00Uhr  
= Murks durch Kontamination  
Man trägt kein Gel dort auf, wo später die Blutentnahme stattfindet und schon garnig kurz davor.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15283926/>

Das stimmt allerdings :| :thumbup:

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 08 Feb 2022 08:49:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich hoffe @torst bist keinem böse..

Jeder will, dass die hrt funktioniert und sich wieder was bei den Haaren tut..

Falls der wiedrwuchs stagniert liegt es meist an Applikationsfehler des E2/HRT

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Tue, 08 Feb 2022 09:23:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Sie funktioniert ja trotzdem soweit ich das mitbekommen habe. Also kann's so schlimm nicht sein.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 08 Feb 2022 09:25:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Tue, 08 February 2022 10:23 Sie funktioniert ja trotzdem soweit ich das mitbekommen habe. Also kann's so schlimm nicht sein.

Seitdem ich weniger und dafür öfter auftrage tut sich bei den Haaren wieder was

Scrotal 0.1mg 4x tgl und je 0.1 ca an verschiedenen Stellen.. 4x tgl

Mal sehen wohin die Reise geht.

Ps. Bicalutamid ist ganz abgesetzt und stattdessen 12.5mg cpa on:off angesetzt

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 08 Feb 2022 09:30:44 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 10:25Christian24 schrieb am Tue, 08 February 2022 10:23Sie funktioniert ja trotzdem soweit ich das mitbekommen habe. Also kann's so schlimm nicht sein.

Ps. Bicalutamid ist ganz abgesetzt und stattdessen 12.5mg cpa on:off angesetzt

Wieso ist Bica wieder raus?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Tue, 08 Feb 2022 09:38:27 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Tue, 08 February 2022 10:30mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 10:25Christian24 schrieb am Tue, 08 February 2022 10:23Sie funktioniert ja trotzdem soweit ich das mitbekommen habe. Also kann's so schlimm nicht sein.

Ps. Bicalutamid ist ganz abgesetzt und stattdessen 12.5mg cpa on:off angesetzt

Wieso ist Bica wieder raus?

Virilisierung :cry:

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 08 Feb 2022 09:46:23 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 10:38daniel91 schrieb am Tue, 08 February 2022 10:30mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 10:25Christian24 schrieb am Tue, 08 February 2022 10:23Sie funktioniert ja trotzdem soweit ich das mitbekommen habe. Also kann's so schlimm nicht sein.

Ps. Bicalutamid ist ganz abgesetzt und stattdessen 12.5mg cpa on:off angesetzt

Wieso ist Bica wieder raus?

Virilisierung :cry:

Mist, das ist wirklich doof, vorallem weil man das Outcome nicht messen kann (T ist ja im gegensatz zu CPA rocket high)

x(

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Tue, 08 Feb 2022 10:39:58 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Tue, 08 February 2022 08:26

?

---

E Peaks empfinde ich auch nicht als wohltuend,

deswegen splitte ich meine Dosis auf 4 Einnahmen  
Wie spürst du diese Peaks, Daniel?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Tue, 08 Feb 2022 10:45:15 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 09:46Shibalnu schrieb am Tue, 08 February 2022 09:08  
Ja nur waren deine Werte bereits im November murks.

Torsti schrieb am Sat, 04 December 2021 14:02Das war so:

6:00 Uhr morgens Gynokadin-Gel zwei Hübe (1,5mg E2) auf beide Arme, kein CPA an dem Tag

Blutabnahme um 9:00Uhr

= Murks durch Kontamination

Man trägt kein Gel dort auf, wo später die Blutentnahme stattfindet und schon garnig kurz davor.

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/15283926/>

Das stimmt allerdings :| :thumbup:

Mich wundert es dass ihr mich jetzt erst auf diesen Fehler anspricht

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 08 Feb 2022 10:53:32 GMT

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

---

Torsti schrieb am Tue, 08 February 2022 11:39daniel91 schrieb am Tue, 08 February 2022 08:26  
?

E Peaks empfinde ich auch nicht als wohltuend,

deswegen splitte ich meine Dosis auf 4 Einnahmen  
Wie spürst du diese Peaks, Daniel?

Wenn ich 2mg E2 Buccal aufeinmal einnehme, fühle ich mich moody und unausgeglichen, was nicht gerade dem Gemütszustand hebt.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Tue, 08 Feb 2022 12:41:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 10:38daniel91 schrieb am Tue, 08 February 2022 10:30mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 10:25Christian24 schrieb am Tue, 08 February 2022 10:23Sie funktioniert ja trotzdem soweit ich das mitbekommen habe. Also kann's so schlimm nicht sein.

Ps. Bicalutamid ist ganz abgesetzt und stattdessen 12.5mg cpa on:off angesetzt

Wieso ist Bica wieder raus?

Virilisierung :cry:

Hast du dich an 50mg Bicalutamid nicht rangetraut? Vielleicht hätte es die Virilisierung aufgehalten.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 08 Feb 2022 14:23:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mit cpa gab es diese virilisierung nicht.

50mg bica ist mir auf Dauer zu teuer.

Jedesmal wenn Testosteron über 1 ng/ml geht, AR Blockade hin oder her... Gibt es einen Kerl der sich mich einnimmt.. Das bin nicht ich und wird auch nicht mehr zugelassen.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 08 Feb 2022 14:24:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich will um kein Geld der Welt auch nur einen Millimeter zurück

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 08 Feb 2022 15:33:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 15:23

---

Mit cpa gab es diese virilisierung nicht.

50mg bica ist mir auf Dauer zu teuer.

Jedesmal wenn Testosteron über 1 ng/ml geht, AR Blockade hin oder her... Gibt es einen Kerl der sich mich einnimmt.. Das bin nicht ich und wird auch nicht mehr zugelassen.

Wie lang hat es denn bei dir gedauert, bis virilisierung weg war?

Ich hab ein paar bald spots an den Beinen bemerkt und der Bart ist deutlich heller, mehr merke ich aber nach 2 Monaten (nur ;) ) noch nicht

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Tue, 08 Feb 2022 15:46:44 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Tue, 08 February 2022 16:33mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 15:23

Mit cpa gab es diese virilisierung nicht.

50mg bica ist mir auf Dauer zu teuer.

Jedesmal wenn Testosteron über 1 ng/ml geht, AR Blockade hin oder her... Gibt es einen Kerl der sich mich einnimmt.. Das bin nicht ich und wird auch nicht mehr zugelassen.

Wie lang hat es denn bei dir gedauert, bis virilisierung weg war?

Ich hab ein paar bald spots an den Beinen bemerkt und der Bart ist deutlich heller, mehr merke ich aber nach 2 Monaten (nur ;) ) noch nicht  
In der ersten hrt 2012 nie

2013 ab Mai bis August war vieles rückläufig.. Bis ich abgesetzt habe.. Dann kam alles zurück

2017 begann ich erneut mit E2 und P4...

Ca ab Februar 2018 war das generelle virile weg...

Es geht noch immer jedes Monat etwas weg.. Der bart wird immer mehr zu flaum. Rasieren muss nur noch alle 7 Tage sein. Fettige haare habe ich zurzeit gar nicht mehr.. Egal wie lange ich nicht wasche

Bodyhair ist kaum sichtbar bis auf ein paar Haare an den Oberschenkel.. Die werden vllt im laufe des Jahres dünner und kürzer...

Das dauert alles Jahre.. Bei groben Fehlern könnte aber vieles wieder rasch sich viril Ausprägen.. Ich bin da auf der Hut.

Man merkt es als erstes psychisch... Es kommt einem alles anders vor.. Da läuten mittlerweile alle Alarmglocken.

Sollte ich wieder zumindest psychisch komplett virilisieren, ist mir mein jetziges glückliches Leben auf einmal zu kompliziert.. Und dieser Kerl könnte mir mein Leben zerstören

Das ist unbeschreiblich und unglaublich.

Man muss aufpassen :!:

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Tue, 08 Feb 2022 15:58:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ausserdem sieht das gesicht optisch etwas grobe aus... Das ist bizarr und hässlich.

Die beste Versicherung dagegen ist E2 konstant zu halten.. Das ist nicht immer leicht.

Mir ist lieber, LH bleibt bei einem abfall von E2 im Keller Dank cpa als wie es schießt in die Höhe..

Ganz zu schweigen von den empfindlichen AR... Ein Teil sollte scheinbar geblockt sein.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Tue, 08 Feb 2022 22:19:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Tue, 08 February 2022 16:33  
Wie lang hat es denn bei dir gedauert, bis virilisierung weg war?

Ich hab ein paar bald spots an den Beinen bemerkt und der Bart ist deutlich heller, mehr merke ich aber nach 2 Monaten (nur ;) ) noch nicht  
Wirklich nicht mehr passiert?

die Haut sollte längst dünner, heller, weicher sein. Die Haut braucht 6 Wochen um sich zu erneuern. Wenn du vorm Spiegel grimassierst, sieht das irgendwie anders aus? Fett könnte sich in die Wangen verlagert haben und die Nase schmaler aussehen. Der Bart und Körperhaar

müssten langsamer wachsen als vorher. Das hat bei mir schon nach kurzer Zeit eingesetzt.

Sind deine Sinne schon empfindlicher geworden, riecht dein Körpergeruch anders, sind Haut und Augen trockner geworden, Adern verschwunden?

Wie siehst bei dir mental aus, Rededrang, Multitasking, bist du sozialer, weinerlicher, ängstlicher geworden?

Irgendwas muss sich noch verändert haben, frag mal deine Bekannten ob denen etwas an dir auffällt.

Unter der HRT können sich tausend Sachen ändern zu unterschiedlichen Zeiten, das ist individuell. Wenn noch nicht viel passiert ist dann warte einfach weiter ab. Fettumverteilung und Brustwachstum können sich über Jahre hinziehen.

LG  
Torsti

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 09 Feb 2022 07:14:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Es hat sich doch einiges mehr geändert aber nichts wo ich jetzt sage das ist der WOW Effekt.

Wenn gewünscht trage ich es gerne mal zusammen, aber es ist ja dein Thread, den möchte ich nicht unnötig missbrauchen.

Lg

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 09 Feb 2022 18:14:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Tue, 08 February 2022 09:49Ich hoffe @torst bist keinem böse..

Jeder will, dass die hrt funktioniert und sich wieder was bei den Haaren tut..

Falls der wiedrwuchs stagniert liegt es meist an Applikationsfehler des E2/HRT

Ich bin mit niemandem böse. :)

Der Fehler lag ja bei mir. Ich musste ja damit rechnen das jemand mit mir schimpfen wird.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 09 Feb 2022 20:35:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Wed, 09 February 2022 08:14Es hat sich doch einiges mehr geändert aber nichts wo ich jetzt sage das ist der WOW Effekt.

Wenn gewünscht trage ich es gerne mal zusammen, aber es ist ja dein Thread, den möchte ich nicht unnötig missbrauchen.

Lg

Du darfst es gerne hier reinschreiben wenn du willst, kein Problem. Was mit Hormonen zu tun hat lese ich immer gerne.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Thu, 10 Feb 2022 12:23:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich möchte nun auch meine Erfahrungen posten. Vielleicht hilft es ja dem einen oder anderen. Im Februar/ März 2021, kurz vor meinem 38. Geburtstag ging es nach jahrzehntelanger erfolgreicher Finasterid und Minoxieinnahme plötzlich los. Die Haare rieselten, interessanterweise nur am Hinterkopf und zeitgleich entwickelte sich eine massive Trichodynie. Das ganze habe ich bis Mai beobachtet bzw. allerlei Sachen ausprobiert. Von Ölen bis Kortison etc. brachte alles nichts.

Als ich dann im April einen kompletten Samstag aufgrund der Schmerzen unter einer Olivenölhaube verbrachte, fasste ich den Entschluss, so kann es nicht weitergehen. Ich würde mit CPA starten. Ich hatte nur folgendes Problem: Ich wollte ein Mann bleiben. Androgyn hin oder her aber Männerbrüste sind dann doch zuviel des Guten.

Also begann ich mit CPA 25mg/day mit 1. Mai ohne Zusatz von E2. Was sich im Nachhinein betrachtet als größter Fehler meines Lebens herausstellen sollte. Das ganze zog ich bis Mitte Juli durch, meine Haare wurden immer schlechter. Auf die Tricho hatte es 0 Auswirkungen. Dann setzte ich alles ab um zwei Wochen später weil die Tricho mich fast umbrachte, wieder zu beginnen. Ende August war mein Status für mich so mies, das ich entschied E2 eine Chance zu geben. Zeitgleich begann ich mit Benzos um mich selbst zu beruhigen. Das half auch, trieb mich jedoch in die Abhängigkeit. Und siehe da, die Tricho wurde weniger, der Haarausfall wurde weniger aber die Brüste wuchsen innerhalb kürzester Zeit.

Dann Oktober, ich bekam aufgrund der Brustgröße Gewissensbisse und setzte E2 ab. War natürlich ein großer Fehler. Innerhalb kürzester Zeit rauschte die Tricho wieder rein und ich

war kurz vorm Burn Out. Die Brust entwickelte sich leicht zurück. Also es geht schon wie Torsti richtig gesagt hat. Es darf halt noch nicht viel Zeit zurück liegen. Ende Oktober, ich war schon wieder mal so richtig Depri und mir war alles scheiß egal, startete ich mit 100 CPA und hohem E2 und das schlug ein wie eine Bombe. Anfang Dezember hatte ich den besten Haarstatus ever. Und ja bei mir geht das so schnell. Von den 3-4 Monaten Wartezeit halte ich persönlich Nüsse.

Leider fasste ich in dieser Zeit eine für meine Verhältnisse Megagyno aus. Laut Mammographie Befund mit einem Durchmesser von 5 cm. Also wieder zurück gerudert, CPA abgesetzt und es nur mit E2 versucht. Die Brust wuchs nicht mehr weiter aber die Haare litten.

Mittlerweile hab ich eine Gynoop Anfang Jänner hinter mir und steh vorm gleichen Problem wie immer. Ich möchte ein Mann sein, androgyn lass ich mir einreden aber Männerbrüste halte ich einfach nicht aus. Und weil ich in letzter Zeit mit E2 und CPA gespart habe, ist der HA und die Tricho wieder mit voller Wucht zurückgekehrt.

Ich hasse mein Leben. Wieso Haarausfall mit Schmerzen verbunden ist, will mir einfach nicht einleuchten. Und ja, war schon beim Psychater und Antidepressiva helfen Nüsse.

Conclusio: Hohes CPA (aufgrund der Rezeptorenblockade, T bleibt auch bei niedrigen Dosen tief) und E2 und der HA ist gegessen. Nur verwandelt man sich ziemlich schnell. Für euch mag das egal sein, aber mein Drang zu Frauen ist ungebrochen.

Ahja, ich bin mir mittlerweile zu 100% sicher, dass bei mir zumindest die NNR eine nicht untergeordnete Rolle spielt. Die Benzos beruhigen, weniger Stress und Angst bedeuten auch Ruhe von der NNR und somit weniger Tricho. Ich kann anhand der Tricho wenigstens sofort Erfolge einordnen bzw. gegensteuern wenn ich möchte.

Die Scheiße macht mich einfach fertig und hätte ich nicht zwei Kinder, wer weiß wo ich jetzt schon wär. Keiner der die Tricho nicht am eigenen Leib verspürt hat, kann mich verstehen. Haarausfall ist eine Sache, psychische Schmerzen dadurch na klar aber körperliche? Man ist immer schlecht gelaunt und hat zu nichts mehr Lust. Falls Fragen auftauchen sollten, einfach melden.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 10 Feb 2022 13:20:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi Christian!

schwierige Situation, kann ich mir vorstellen

Das die Trichodynie weniger geworden ist, ist doch schonmal positiv

Von einer CPA-Monotherapie kann ich nur abraten. Wolltest du E2 am Anfang nicht mit dazunehmen weil du ein Mann bleiben wolltest?

um Brüste zu akzeptieren muss man schon leicht transsexuell oder autogynäphil sein das stimmt schon

Hast du die SD und NNR untersuchen lassen? Leberwerte ok? weil 100mg CPA täglich sind schon viel

Wie hoch war deine Dosierung von E2 vorher und momentan, In welcher Form ?

Alles Gute weiterhin  
Torsti

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Thu, 10 Feb 2022 13:37:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Genau, ich wollte Mann bleiben. Bin's ja noch immer. Die Potenz war interessanterweise immer da, nur die Libido nahm ab. Bei 100mg war's aber am selben Tag mit der Potenz auch schwer muss ich zugeben.

SD hab ich checken lassen. NNR nicht, das wäre eventuell Thema. Aber die NNR fährt bekanntermaßen bei Stress ein Höchstprogramm und das mich das alles stresst, brauche ich glaub ich nicht sagen. Dachte mir mal eine niedrige Dosis Dexamethason am Abend würde da helfen, hat aber nichts gebracht. Wie gesagt, nur die Benzos weil die das gesamte System beruhigen.

Momentan sind's so ca. 1,25mg Estradiol transdermal, mal mehr mal weniger, je nach Trichostärke. Aber wie gesagt, der Megaerfolg resultierte durchs hohe CPA in Kombi. Da wird halt alles was mit Androgenen zu tun hat geblockt.

Zeitgleich findet sicher eine massive AR Upregulation statt. Man kommt von dem Scheiß defacto nie mehr los. Daher hab ich ja geschrieben größter Fehler meines Lebens. Ich hätte es zunächst nur mit E2 versuchen sollen.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 10 Feb 2022 13:41:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

100mg CPA am Tag ist Selbstmord :(

>Die Potenz war interessanterweise immer da, nur die Libido nahm ab  
Ergo, hattest du noch Ejakulat :frage:

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

---

Posted by [Christian24](#) on Thu, 10 Feb 2022 14:03:05 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 14:41100mg CPA am Tag ist Selbstmord :(

>Die Potenz war interessanterweise immer da, nur die Libido nahm ab

Ergo, hattest du noch Ejakulat :frage:

Alle zwei Tage, aber reicht auch.

Ejakulat ist schon lange weg. Kam auch in der ein Monatspause nicht zurück. Dauert wohl Monate nach Absetzen. Hat aber bei mir nichts mit der Potenz oder Orgasmusqualität zu tun. Rote Blutkörperchen rauschten auch in den Keller. Ich nahm aber keine NEMS. Eisenwert war trotzdem hoch, fraglich ob die also soviel bringen.

T normal,

E im oberen Level, das wär mein Traum.

Aber ich glaub ich schaff das nicht. CPA ist Teufelszeug und man wird es, sofern einmal über einen längeren Zeitraum genommen und man seine Haare nicht verlieren möchte, wohl nie wieder los.

Und du weißt es eh am besten. Eine HT ist kein Allheilmittel und vor allem hinten sind sehr sehr viele Ergebnisse mager. Tjo, ich weiß nicht wie ich weiter tu. DHT Hemmer sind leider nicht mehr als Drops für mich.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Shibalnu](#) on Thu, 10 Feb 2022 15:24:03 GMT

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

---

scalp biopsy ?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Christian24](#) on Thu, 10 Feb 2022 15:57:47 GMT

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

---

Shibalnu schrieb am Thu, 10 February 2022 16:24scalp biopsy ?

Was soll das bringen wenn hohes E2 und CPA hilft? Es kann nur AGA sein, hab ja keine Löcher oder sonst irgendwas.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Shibalnu](#) on Thu, 10 Feb 2022 16:36:42 GMT

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

---

Aber auf dem Bildern zeigst du doch immer das ganz grosse "Loch" am Hinterkopf ? :roll:

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:00:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Shibalnu schrieb am Thu, 10 February 2022 17:36Aber auf dem Bildern zeigst du doch immer das ganz grosse "Loch" am Hinterkopf ? :roll:  
Klassischer konstruktiver Beitrag mit einem Nutzwert der gegen Null geht. Außerdem ist das Torstis Thread und den will ich nicht mit meinen Beiträgen zumüllen. Da die wenigsten hier Erfahrungen mit CPA und E2 haben, wollt ich einfach meine schildern.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:11:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Thu, 10 February 2022 18:00Shibalnu schrieb am Thu, 10 February 2022 17:36Aber auf dem Bildern zeigst du doch immer das ganz grosse "Loch" am Hinterkopf ? :roll:  
Klassischer konstruktiver Beitrag mit einem Nutzwert der gegen Null geht. Außerdem ist das Torstis Thread und den will ich nicht mit meinen Beiträgen zumüllen. Da die wenigsten hier Erfahrungen mit CPA und E2 haben, wollt ich einfach meine schildern.  
genau

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:23:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Nachdem bei mir bicalutamid raus ist probiere ich tgl 50mg cpa zusätzlich zu xa 1mg e2 scrotal und Stirn...

Ich spüre wie mein Cortisol in den Keller geht.. Mit dhea und Testosteron.

Die virilisierung scheint wieder zu verschwinden.  
. Ich sehe sicher wieder androgyn aus (was mir am besten gefällt)

50mg cpa bleibt mal im Programm.. Zu fin/dut/e2/minox/nems/Cortisol

Cortisol werde ich von 10 auf 20mg erhöhen...

Defacto dürfte nichts mehr androgenes übrig bleiben

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:34:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

100mg, 50mg CPA, freunde was macht ihr denn ? :(

<https://transfemscience.org/articles/cpa-dosage/>

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:42:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@mike

Lässt du das E2 unter Folie einwirken, wenn ja wie lange?

Dosierst du das CPA nach Gefühl oder Berechnung?

Androgyn aussehen finde ich auch schön

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:45:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 18:34100mg, 50mg CPA, freunde was macht ihr denn ? :(

<https://transfemscience.org/articles/cpa-dosage/>

Ja, da geht's ja auch um die T Reduktion. Die zweifelt auch keiner an. Aber was die AR Blockade angeht, sind hohe Dosen schon die Bombe. Da kann Bica oder sonst was einpacken. Hab alles getestet. Aber halt sehr gefährlich auf Dauer.

Sieh dir an die großen Erfolge im Amiforum. Alle so bei 50mg CPA aufwärts. T ist per se nicht unser Feind, ich hab das schon oft gesagt. Von T allein bekommt keiner Haarausfall sag ich mal. Die Nebenprodukte und der Rezeptor sind das Problem. Sonst gäbe es keine Bica + E2 Erfolgsstorsys.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:46:39 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 18:34 100mg, 50mg CPA, freunde was macht ihr denn ? :(

<https://transfemscience.org/articles/cpa-dosage/>  
Mir geht es um die Rezeptorenblockade.

Alleine das E2 senkt schon LH sehr stark..

Und es ist nur vorübergehend.... ;-)  
Langfristig werden es 12,5mg on off werden...

Ich möchte nur meine NW0 round hairline zurück.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:47:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

auf r/transtimelines, gibt es auch mega Erfolge mit 10mg CPA + E2 und 100-200mg Spiro + E2

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:49:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Thu, 10 February 2022 18:46 daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 18:34 100mg, 50mg CPA, freunde was macht ihr denn ? :(

<https://transfemscience.org/articles/cpa-dosage/>  
Mir geht es um die Rezeptorenblockade.

Alleine das E2 senkt schon LH sehr stark..

Und es ist nur vorübergehend.... ;-)  
Langfristig werden es 12,5mg on off werden...

Ich möchte nur meine NW0 round hairline zurück.  
Dann pass bitte auf dich auf!  
Proktalinom, Nierenprobleme....

Ich habe, auch wenn ich massives gender dysphoria bekomme, Neuwuchs aufgegeben. Nach 6-8 Jahren NW5 und 7800 Incisions auf der Kopfhaut + massiver Druck auf das Gewebe durch Kochsalzlösung (Haartransplantationen), glaube ich nicht, dass da massiv was wieder kommt :(

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:50:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Thu, 10 February 2022 18:42@mike

Lässt du das E2 unter Folie einwirken, wenn ja wie lange?

Dosierst du das CPA nach Gefühl oder Berechnung?

Androgyn aussehen finde ich auch schön

Momentan noch nicht..

E2 nehme ich alle 3h ca scrotal 0.2mg jeweils  
.und auf die Stirn...

Bei Folie muss ich mir was überlegen.

Wenn schon, dann zusätzlich und max 0.2mg.tgl am Oberschenkel.  
Die Folie darf sich aber nicht lösen (ev unter skinny jeans, leggings..?)

Nachdem ich nichts anderes bekomme vom Arzt, arbeite ich so gut es geht nur mit Estrogel weiter... ;-) So schlecht ist es eh nicht.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:51:18 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Thu, 10 February 2022 18:45daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 18:34100mg, 50mg CPA, freunde was macht ihr denn ? :(

<https://transfemscience.org/articles/cpa-dosage/>

Ja, da geht's ja auch um die T Reduktion. Die zweifelt auch keiner an. Aber was die AR Blockade angeht, sind hohe Dosen schon die Bombe. Da kann Bica oder sonst was einpacken. Hab alles getestet. Aber halt sehr gefährlich auf Dauer.

Sieh dir an die großen Erfolge im Amiforum. Alle so bei 50mg CPA aufwärts. T ist per se nicht unser Feind, ich hab das schon oft gesagt. Von T allein bekommt keiner Haarausfall sag ich mal. Die Nebenprodukte und der Rezeptor sind das Problem. Sonst gäbe es keine Bica + E2 Erfolgsstorys.

DHT ist viel gefährlicher als T wenn es um HA geht. FSH kann auch gedrückt werden wenn man kein Bodyhair will.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:54:14 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 18:49mike. schrieb am Thu, 10 February 2022 18:46daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 18:34100mg, 50mg CPA, freunde was macht ihr denn ? :(

<https://transfemscience.org/articles/cpa-dosage/>  
Mir geht es um die Rezeptorenblockade.

Alleine das E2 senkt schon LH sehr stark..

Und es ist nur vorübergehend.... ;-)  
Langfristig werden es 12,5mg on off werden...

Ich möchte nur meine NW0 round hairline zurück.  
Dann pass bitte auf dich auf!  
Proktalinom, Nierenprobleme....

Ich habe, auch wenn ich massives gender dysphoria bekomme, Neuwuchs aufgegeben. Nach 6-8 Jahren NW5 und 7800 Incisions auf der Kopfhaut + massiver Druck auf das Gewebe durch Kochsalzlösung (Haartransplantationen), glaube ich nicht, dass da massiv was wieder kommt :(

Ich denke, dass fast aller zurück kommt.

Es geht auch nicht anders..

Alleine durch 1 mg E2 tgl ist man jeweils im weiblichen hormonbereich und kann zumindest alles halten.

Durch diverse kuren kann man immer mal was zurück holen und alleine durch die weibliche Chemie halten... ;-)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Thu, 10 Feb 2022 17:56:10 GMT

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

---

mike. schrieb am Thu, 10 February 2022 18:54daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 18:49mike. schrieb am Thu, 10 February 2022 18:46daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 18:34100mg, 50mg CPA, freunde was macht ihr denn ? :(

<https://transfemscience.org/articles/cpa-dosage/>  
Mir geht es um die Rezeptorenblockade.

Alleine das E2 senkt schon LH sehr stark..

Und es ist nur vorübergehend.... ;-)  
Langfristig werden es 12,5mg on off werden...

Ich möchte nur meine NW0 round hairline zurück.  
Dann pass bitte auf dich auf!  
Proktalinom, Nierenprobleme....

Ich habe, auch wenn ich massives gender dysphoria bekomme, Neuwuchs aufgegeben. Nach 6-8 Jahren NW5 und 7800 Incisions auf der Kopfhaut + massiver Druck auf das Gewebe durch Kochsalzlösung (Haartransplantationen), glaube ich nicht, dass da massiv was wieder kommt :( Ich denke, dass fast aller zurück kommt.

Es geht auch nicht anders..

Alleine durch 1 mg E2 tgl ist man jeweils im weiblichen hormonbereich und kann zumindest alles halten.

Durch diverse kuren kann man immer mal was zurück holen und alleine durch die weibliche Chemie halten... ;-)

Das ist bei der Haartransplatnation ein anderes Thema, schwache Haarwurzeln und das umliegende Gewebe werden massiv geschädigt, ich hätte damit vor den HTs anfangen sollen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 10 Feb 2022 18:08:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Torsti, da du ja gefragt hattest

Änderungen unter 12.5mg EOD + 4mg Estrofem Buccal:

- \* Brustwachstum + Nibbelwachstum (gefühl vervierfacht im Umfang), wobei die Brüste durch Shirt nicht sichtbar sind
  - \* Kein Körpergeruch mehr + weniger Schweiß
  - \* Gesichtshaut nicht mehr fettig (Ein Segen!)
  - \* Muskelatrophie am ganzen Körper, fühle mich generell schwächer
  - \* Kein Ejakulat mehr dafür deutlich schnellere und intensivere Orgasmen
  - \* Libido runter / Interesse an Frauen hoch ~ weird ^^
  - \* Extreme Kälteempfindlichkeit bei sitzender Tätigkeit (wenn ich Gassi bin geht es)
  - \* Ich sehe deutlich schlechter ohne Brille (-0.75 Dioptrien), die habe ich sonst nur beim Motorradfahren getragen nun dauerhaft
  - \* Generell Sozialer, offener
  - \* Musikgeschmack von Sklipnot zu Agnes Obel gewandelt
  - \* Fett redistribution, weg vom Bauch, rauf auf die Hüften
- 
-

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Thu, 10 Feb 2022 18:33:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bzgl Augen braucht du etwas vitamin A und Testosteron.

Es ist so... Ich habe das ausgetestet... Die Sehschärfe ist sehr gut, würde ich cpa absetzen und 0.2mg Testosteron extra nehmen.. Zu 1 mg E2.

Jetzt bin ich nachtblind.. Ansonsten würde ich selbst in der Dunkelheit kontrastreich sehen und bräuchte keine Lampe

Ohne NEMs geht sowieso nichts

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Thu, 10 Feb 2022 18:37:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 19:08@Torsti, da du ja gefragt hattest

Änderungen unter 12.5mg EOD + 4mg Estrofem Buccal:

- \* Brustwachstum + Nibbelwachstum (gefühlte vervierfacht im Umfang), wobei die Brüste durch Shirt nicht sichtbar sind
- \* Kein Körpergeruch mehr + weniger Schweiß
- \* Gesichtshaut nicht mehr fettig (Ein Segen!)
- \* Muskelatrophie am ganzen Körper, fühle mich generell schwächer
- \* Kein Ejakulat mehr dafür deutlich schnellere und intensivere Orgasmen
- \* Libido runter / Interesse an Frauen hoch ~ weird ^^
- \* Extreme Kälteempfindlichkeit bei sitzender Tätigkeit (wenn ich Gassi bin geht es)
- \* Ich sehe deutlich schlechter ohne Brille (-0.75 Dioptrien), die habe ich sonst nur beim Motorradfahren getragen nun dauerhaft
- \* Generell Sozialer, offener
- \* Musikgeschmack von Sklipnot zu Agnes Obel gewandelt
- \* Fett redistribution, weg vom Bauch, rauf auf die Hüften

Das ist bei mir auch schon alles geschehen :proud:  
Brustwachstum ist 80B.. Und es ist definitiv keine Männerbrust.

Der ganze Körper wird feminin.

Das einzige was immer störend ist und immer lästiger wird ist das gesicht.

Die Knochen müssten bei mir schon längst angepasst / umoperiert worden sein.

Eine FFS ist leider sehr teuer und nicht ganz ohne...

Das Interesse an Frauen würde ich so beschreiben, dass ich mich bereits in allem mit ihnen vergleiche... Das kann oft sehr deprimierend sein.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 10 Feb 2022 18:45:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Thu, 10 February 2022 19:37 daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 19:08 @Torsti, da du ja gefragt hattest

Änderungen unter 12.5mg EOD + 4mg Estrofem Buccal:

- \* Brustwachstum + Nibbelwachstum (gefühlte vervierfacht im Umfang), wobei die Brüste durch Shirt nicht sichtbar sind
- \* Kein Körpergeruch mehr + weniger Schweiß
- \* Gesichtshaut nicht mehr fettig (Ein Segen!)
- \* Muskelatrophie am ganzen Körper, fühle mich generell schwächer
- \* Kein Ejakulat mehr dafür deutlich schnellere und intensivere Orgasmen
- \* Libido runter / Interesse an Frauen hoch ~ weird ^^
- \* Extreme Kälteempfindlichkeit bei sitzender Tätigkeit (wenn ich Gassi bin geht es)
- \* Ich sehe deutlich schlechter ohne Brille (-0.75 Dioptrien), die habe ich sonst nur beim Motorradfahren getragen nun dauerhaft
- \* Generell Sozialer, offener
- \* Musikgeschmack von Sklipnot zu Agnes Obel gewandelt
- \* Fett redistribution, weg vom Bauch, rauf auf die Hüften

Das ist bei mir auch schon alles geschehen :proud:  
Brustwachstum ist 80B.. Und es ist definitiv keine Männerbrust.

Der ganze Körper wird feminin.

Das einzige was immer störend ist und immer lästiger wird ist das Gesicht.

Die Knochen müssten bei mir schon längst angepasst / umoperiert worden sein.

Eine FFS ist leider sehr teuer und nicht ganz ohne...

Das Interesse an Frauen würde ich so beschreiben, dass ich mich bereits in allem mit ihnen vergleiche... Das kann oft sehr deprimierend sein.

Verstehe ich, ich habe das Glück etwas femininer von Haus aus auszusehen (abgesehen von der Nase). Südkorea scheint wohl die Anlaufstelle zu sein für FFS, mit hohen Erfolgsquoten und guten Ergebnissen, mir persönlich war ja schon der letzte Trip in die Türkei für die HT zu viel...

Sind deine Augen größer/ründer geworden ?

>Das Interesse an Frauen würde ich so beschreiben, dass ich mich bereits in allem mit ihnen vergleiche... Das kann oft sehr deprimierend sein.

Ich schau da auch öfter hin, auch auf die Kleidung etc...

KP, bei mir wird es mit den Haaren nie zu einem come-out kommen, so eine HRT ist ein auf und ab...

## File Attachments

---

1) [resized.png](#), downloaded 261 times



Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Thu, 10 Feb 2022 19:02:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

2pass clinic in Belgien wird meine Wahl werden.

Die Ergebnisse sind mittlerweile mehr als gut und ich war schon bei Dr Bart Van de Ven persönlich vorstellen.

Meine Geheimratsecken würde er einfach "herausschneiden" und die Haut im Zuge der Forehead recontouring zusammenziehen.. es sind aber nur maximal 1,5 cm möglich.

[https://www.google.com/search?q=jamioe+rose+dee+2pass&client=opera&hs=Y9c&sxsrf=APq-WBuyJRnjZ7O-2iEJLfd1S-J9R8kAkQ:1644519436342&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwil09Cm 6PX1AhWuhv0HHTLBBGEQ\\_AUoAXoECAEQAw&biw=1366&bih=658&dpr=1](https://www.google.com/search?q=jamioe+rose+dee+2pass&client=opera&hs=Y9c&sxsrf=APq-WBuyJRnjZ7O-2iEJLfd1S-J9R8kAkQ:1644519436342&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwil09Cm 6PX1AhWuhv0HHTLBBGEQ_AUoAXoECAEQAw&biw=1366&bih=658&dpr=1)

le fort machen sie in südkorea... da kenne ich mich zuwenig aus

Der Kleidungsstil vieler Frauen ist sehr gut und anspruchsvoll. Ich lasse mich sehr oft inspirieren und frage hin und wieder, wo man das auch kaufen kann...

ich kaufe vieles der Kleidungsstücke nach, bei schuhen ist es leider unmöglich (M Gr. 44, F Gr. 43/44).

Das schmerzt sehr.

Alles andere wird immer tragbarer.. wäre da nicht das Gesicht :(

Bei Dir ist das Gesicht unten noch eckig.. das wird irgendwann sehr rund bzw oval.. dann sticht nur noch das Knochen hervor. ;)

Die Basis scheint bei Dir zu stimmen.... wahrscheinlich bist Du auch eher schwächig (so war das bei mir)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 10 Feb 2022 19:25:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 19:08@Torsti, da du ja gefragt hattest

Änderungen unter 12.5mg EOD + 4mg Estrofem Buccal:

- \* Brustwachstum + Nibbelwachstum (gefühlte vervierfacht im Umfang), wobei die Brüste durch Shirt nicht sichtbar sind
- \* Kein Körpergeruch mehr + weniger Schweiß
- \* Gesichtshaut nicht mehr fettig (Ein Segen!)
- \* Muskelatrophie am ganzen Körper, fühle mich generell schwächer

- \* Kein Ejakulat mehr dafür deutlich schnellere und intensivere Orgasmen
- \* Libido runter / Interesse an Frauen hoch ~ weird ^^
- \* Extreme Kälteempfindlichkeit bei sitzender Tätigkeit (wenn ich Gassi bin geht es)
- \* Ich sehe deutlich schlechter ohne Brille (-0.75 Dioptrien), die habe ich sonst nur beim Motorradfahren getragen nun dauerhaft
- \* Generell Sozialer, offener
- \* Musikgeschmack von Sklipnot zu Agnes Obel gewandelt
- \* Fett redistribution, weg vom Bauch, rauf auf die Hüften

sehr gut, die HRT wirkt

ich hab mir während der Hrt eine neue Brille machen lassen aber ich kann echt nicht sagen ob ich vorher auf einmal schlechter gesehen hätte wegen den Hormonen.

den Rest hab ich auch alles schon mitgemacht, ich höre auch weniger Metal, gehe mehr auf Leute zu, bin mehr auf Frauen fixiert, beim Karate hatte ich auf einmal Hemmungen als erster anzugreifen, ich trage öfter Frauensachen oder auch gemischt. Ich will öfter trotz eindeutig männlichem Auftreten als Frau angesprochen werden, das muss die Leute doch wahnsinnig machen.

danke für deine Mühe :thumbup:

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Thu, 10 Feb 2022 20:24:15 GMT

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

daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 19:45mike. schrieb am Thu, 10 February 2022 19:37daniel91 schrieb am Thu, 10 February 2022 19:08@Torsti, da du ja gefragt hattest

Änderungen unter 12.5mg EOD + 4mg Estrofem Buccal:

- \* Brustwachstum + Nibbelwachstum (gefühlte vervierfacht im Umfang), wobei die Brüste durch Shirt nicht sichtbar sind
- \* Kein Körpergeruch mehr + weniger Schweiß
- \* Gesichtshaut nicht mehr fettig (Ein Segen!)
- \* Muskelatrophie am ganzen Körper, fühle mich generell schwächer
- \* Kein Ejakulat mehr dafür deutlich schnellere und intensivere Orgasmen
- \* Libido runter / Interesse an Frauen hoch ~ weird ^^
- \* Extreme Kälteempfindlichkeit bei sitzender Tätigkeit (wenn ich Gassi bin geht es)
- \* Ich sehe deutlich schlechter ohne Brille (-0.75 Dioptrien), die habe ich sonst nur beim Motorradfahren getragen nun dauerhaft
- \* Generell Sozialer, offener
- \* Musikgeschmack von Sklipnot zu Agnes Obel gewandelt
- \* Fett redistribution, weg vom Bauch, rauf auf die Hüften

Das ist bei mir auch schon alles geschehen :proud:  
Brustwachstum ist 80B.. Und es ist definitiv keine Männerbrust.

Der ganze Körper wird feminin.

Das einzige was immer störend ist und immer lästiger wird ist das Gesicht.

Die Knochen müssten bei mir schon längst angepasst / umoperiert worden sein.

Eine FFS ist leider sehr teuer und nicht ganz ohne...

Das Interesse an Frauen würde ich so beschreiben, dass ich mich bereits in allem mit ihnen vergleiche... Das kann oft sehr deprimierend sein.

Verstehe ich, ich habe das Glück etwas femininer von Haus aus auszusehen (abgesehen von der Nase). Südkorea scheint wohl die Anlaufstelle zu sein für FFS, mit hohen Erfolgsquoten und guten Ergebnissen, mir persönlich war ja schon der letzte Trip in die Türkei für die HT zu viel...

Sind deine Augen größer/rundlicher geworden ?

>Das Interesse an Frauen würde ich so beschreiben, dass ich mich bereits in allem mit ihnen vergleiche... Das kann oft sehr deprimierend sein.

Ich schau da auch öfter hin, auch auf die Kleidung etc...

KP, bei mir wird es mit den Haaren nie zu einem come-out kommen, so eine HRT ist ein auf und ab...

Ja, die Augen sind größer und rundlicher geworden.

Die Lippen nicht mehr schmal sondern voll.

Die Nase schmaler und dank nosejob sieht das recht stimmig aus.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Fri, 11 Feb 2022 15:31:41 GMT

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

---

Bei den Augen ist bei mir leider noch nichts passiert :/

Was zahlt man denn für eine FFS bei der 2 Pass Clinic denn round about?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Fri, 11 Feb 2022 15:41:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 16:31Bei den Augen ist bei mir leider noch nichts passiert :/

Was zahlt man denn für eine FFS bei der 2 Pass Clinic denn round about?

5000€ bis 40000€ je nachdem was du haben willst

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 11 Feb 2022 15:55:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Fri, 11 February 2022 16:41daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 16:31Bei den Augen ist bei mir leider noch nichts passiert :/

Was zahlt man denn für eine FFS bei der 2 Pass Clinic denn round about?

5000€ bis 40000€ je nachdem was du haben willst  
Hab für die Haartransplantationen schon 20k bezahlt x(

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Fri, 11 Feb 2022 16:09:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 16:31Bei den Augen ist bei mir leider noch nichts passiert :/

Was zahlt man denn für eine FFS bei der 2 Pass Clinic denn round about?

Mit ca 25k bin ich dabei

Das Ergebnis (simulation) wäre aber genial :o

Finger, Hände und Füße werden auch feiner und schöner.. Das dauert aber 2 Jahre ca

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 11 Feb 2022 16:18:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Fri, 11 February 2022 17:09daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 16:31Bei den Augen ist bei mir leider noch nichts passiert :/

Was zahlt man denn für eine FFS bei der 2 Pass Clinic denn round about?  
Mit ca 25k bin ich dabei

Das Ergebnis (simulation) wäre aber genial :o

Finger, Hände und Füße werden auch feiner und schöner.. Das dauert aber 2 Jahre ca  
Hm das finde ich aber noch vertretbar oder?  
Ich habe seit meiner HT Journey kein Auto gekauft und habe statt in den Urlaub gefahren mit  
meinen Hund die nähere Umgebung erkundet, ich denke insgesamt hat es sich armotisiert

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Fri, 11 Feb 2022 16:19:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Verstehe ich das richtig, ihr wollt tatsächlich Frauen werden?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Fri, 11 Feb 2022 16:35:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Fri, 11 February 2022 17:19Verstehe ich das richtig, ihr wollt tatsächlich  
Frauen werden?

Nur bis zu einem bestimmten Punkt  
Eine GAOP käme nicht in Frage das wäre für uns Game Over. Damit würde ein  
androgynen Mann nicht glücklich werden

noch was zur Abschreckung:  
<https://www.youtube.com/watch?v=pG0mtdFx0mU>

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Fri, 11 Feb 2022 16:40:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Fri, 11 February 2022 17:09

Mit ca 25k bin ich dabei

Das Ergebnis (simulation) wäre aber genial :o

Finger, Hände und Füße werden auch feiner und schöner.. Das dauert aber 2 Jahre ca  
leider werden meine Füße nicht kleiner und das shopping im  
Schuhgeschäft(Damenabteilung) ist schnell erledigt. Kein normales Schuhgeschäft hat  
Damenschuhe in Größe 43. Ich muss mir immer was aus dem Internet bestellen, leider wenig

auswahl.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 11 Feb 2022 16:56:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Fri, 11 February 2022 17:40mike. schrieb am Fri, 11 February 2022 17:09

Mit ca 25k bin ich dabei

Das Ergebnis (simulation) wäre aber genial :o

Finger, Hände und Füße werden auch feiner und schöner.. Das dauert aber 2 Jahre ca  
leider werden meine Füße nicht kleiner und das shopping im  
Schuhgeschäft(Damenabteilung) ist schnell erledigt. Kein normales Schuhgeschäft hat  
Damenschuhe in Größe 43. Ich muss mir immer was aus dem Internet bestellen, leider wenig  
auswahl.

40/41, war auch immer ein paar dumme Kommentare wert...

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Fri, 11 Feb 2022 16:57:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Fri, 11 February 2022 17:35Christian24 schrieb am Fri, 11 February 2022  
17:19Verstehe ich das richtig, ihr wollt tatsächlich Frauen werden?

Nur bis zu einem bestimmten Punkt

Eine GAOP käme nicht in Frage das wäre für uns Game Over. Damit würde ein  
androgynen Mann nicht glücklich werden

noch was zur Abschreckung:

<https://www.youtube.com/watch?v=pG0mtdFx0mU>

Um Gottes Willen

Wie sieht die denn aus

Eine ffs und vernünftige hrt hätte ihr nicht geschadet

Meine Genitalien greift auch kein Chirurg an.

Das ist ja viel schöner, ein hübsches feminines Gesicht zu haben, mit weicher Haut und

vollem Haar, weiblichen Körper (=sowieso unvermeidbar)

Wenn man die Stimme trainiert kann man die schönsten Kleider tragen.. So, dass es auch ästhetisch gut aussieht.

Die Hoden.. Schrumpft sowieso weg.. Mit speziellen Kleidung kann man unten alles weg kaschieren.

Sobald man darauf keine Lust mehr hat, kann man trotz ffs mit etwas bart (, der wächst ja noch) und haare zurück /dutt oder zopf.. Maskuliner Kleidung und Sport bras den Mann wie gewohnt ausleben... ;-)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Fri, 11 Feb 2022 17:00:14 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 17:56Torsti schrieb am Fri, 11 February 2022 17:40mike. schrieb am Fri, 11 February 2022 17:09

Mit ca 25k bin ich dabei

Das Ergebnis (simulation) wäre aber genial :o

Finger, Hände und Füße werden auch feiner und schöner.. Das dauert aber 2 Jahre ca leider werden meine Füße nicht kleiner und das shopping im Schuhgeschäft(Damenabteilung) ist schnell erledigt. Kein normales Schuhgeschäft hat Damenschuhe in Größe 43. Ich muss mir immer was aus dem Internet bestellen, leider wenig auswahl.

40/41, war auch immer ein paar dumme Kommentare wert...

Du wirst überall fündig werden. Gratuliere.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Fri, 11 Feb 2022 20:37:49 GMT

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

daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 17:18mike. schrieb am Fri, 11 February 2022 17:09daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 16:31Bei den Augen ist bei mir leider noch nichts passiert :/

Was zahlt man denn für eine FFS bei der 2 Pass Clinic denn round about?  
Mit ca 25k bin ich dabei

Das Ergebnis (simulation) wäre aber genial :o

Finger, Hände und Füße werden auch feiner und schöner.. Das dauert aber 2 Jahre ca  
Hm das finde ich aber noch vertretbar oder?

Ich habe seit meiner HT Journey kein Auto gekauft und habe statt in den Urlaub gefahren mit meinem Hund die nähere Umgebung erkundet, ich denke insgesamt hat es sich armotisiert in istanbul habe ich für all incl incl flug um 5k die nase machen lassen

ich habe neben den haaren einen ausgeprägten nasen-tick  
eine barbie nose möchte ich haben (das ganze gesicht orientiert sich danach - wäre mein ziel ~barbie - in etwa dieses schema)  
meine nase ist zwar aktuell klein und fein.... eher klein..und eine upturned nose, jedoch soll sie noch ein bisschen substanz verlieren und einen leichte unebenheit muss behoben werden

1 kleine korrektur nach der ffs werde ich an der nase noch machen lassen  
vllt sogar bei diesem arzt.. Prof Dr Suleyman...

<https://ne-np.facebook.com/docdrsuleymantas/posts/celebritynose-3-months-after-we-would-like-to-thank-our-lovely-patient-for-helpi/4319078081464602/>

:o  
<https://www.pinterest.com/pin/741827369868264910/>

---

**Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen**  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 11 Feb 2022 20:51:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Fri, 11 February 2022 21:37daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 17:18mike. schrieb am Fri, 11 February 2022 17:09daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 16:31Bei den Augen ist bei mir leider noch nichts passiert :/

Was zahlt man denn für eine FFS bei der 2 Pass Clinic denn round about?  
Mit ca 25k bin ich dabei

Das Ergebnis (simulation) wäre aber genial :o

Finger, Hände und Füße werden auch feiner und schöner.. Das dauert aber 2 Jahre ca  
Hm das finde ich aber noch vertretbar oder?

Ich habe seit meiner HT Journey kein Auto gekauft und habe statt in den Urlaub gefahren mit

meinen Hund die nähere Umgebung erkundet, ich denke insgesamt hat es sich armotisiert in istanbul habe ich für all incl incl flug um 5k die nase machen lassen

ich habe neben den haaren einen ausgeprägten nasen-tick  
eine barbie nose möchte ich haben (das ganze gesicht orientiert sich danach - wäre mein ziel ~barbie - in etwa dieses schema)  
meine nase ist zwar aktuell klein und fein.... eher klein..und eine upturned nose, jedoch soll sie noch ein bisschen substanz verlieren und einen leichte unebenheit muss behoben werden

1 kleine korrektur nach der ffs werde ich an der nase noch machen lassen  
vllt sogar bei diesem arzt.. Prof Dr Suleyman...

<https://ne-np.facebook.com/docdrsuleymantas/posts/celebritynose-3-months-after-we-would-like-to-thank-our-lovely-patient-for-helpi/4319078081464602/>

:o

<https://www.pinterest.com/pin/741827369868264910/>

Ich finde das mit den Nasen ein schwieriges Thema, habe ich auch schon lange vor, aber neben Haartransplantation macht jeder Nasen, da will man das eigentlich schon von einem anerkannten Experten machen lassen mit vielen Nutzerberichten, leider finde ich dazu keine Anlaufstelle :/

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 11 Feb 2022 21:03:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Witzig ich sehe ein paar Vellus Haare im Bereich, in dem seit 10 Jahren nichts mehr war.

Nichts spektakuläres aber freut mich trotzdem.

Da wo es rötlich ist, wurde vor kurzem implantiert.

---

#### File Attachments

1) [1F83C203-A944-43C0-9F43-2E341D5F5D23.jpeg](#), downloaded 407 times



Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#) on Sun, 13 Feb 2022 07:20:41 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 21:51mike. schrieb am Fri, 11 February 2022 21:37daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 17:18mike. schrieb am Fri, 11 February 2022 17:09daniel91 schrieb am Fri, 11 February 2022 16:31Bei den Augen ist bei mir leider noch nichts passiert :/

Was zahlt man denn für eine FFS bei der 2 Pass Clinic denn round about?  
Mit ca 25k bin ich dabei

Das Ergebnis (simulation) wäre aber genial :o

Finger, Hände und Füße werden auch feiner und schöner.. Das dauert aber 2 Jahre ca  
Hm das finde ich aber noch vertretbar oder?

Ich habe seit meiner HT Journey kein Auto gekauft und habe statt in den Urlaub gefahren mit meinem Hund die nähere Umgebung erkundet, ich denke insgesamt hat es sich armotisiert in istanbul habe ich für all incl incl flug um 5k die nase machen lassen

ich habe neben den haaren einen ausgeprägten nasen-tick  
eine barbie nose möchte ich haben (das ganze gesicht orientiert sich danach - wäre mein ziel ~barbie - in etwa dieses schema)

meine nase ist zwar aktuell klein und fein.... eher klein..und eine upturned nose, jedoch soll sie noch ein bisschen substanz verlieren und einen leichte unebenheit muss behoben werden

1 kleine korrektur nach der ffs werde ich an der nase noch machen lassen  
vllt sogar bei diesem arzt.. Prof Dr Suleyman...

<https://ne-np.facebook.com/docdrsuleymantas/posts/celebritynose-3-months-after-we-would-like-to-thank-our-lovely-patient-for-help/4319078081464602/>

:o

<https://www.pinterest.com/pin/741827369868264910/>

Ich finde das mit den Nasen ein schwieriges Thema, habe ich auch schon lange vor, aber neben Haartransplantation macht jeder Nasen, da will man das eigentlich schon von einem anerkannten Experten machen lassen mit vielen Nutzerberichten, leider finde ich dazu keine Anlaufstelle :/

Vllt könnte man im off topic Bereich einen thread aufmachen...

Falls du ein paar gute chirurgen wissen möchtest,.. Ich habe mich damit über 2 Jahre lang beschäftigt :d

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Sun, 13 Feb 2022 07:30:30 GMT

---

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

---

mike. schrieb am Sun, 13 February 2022 08:20

Vllt könnte man im off topic Bereich einen thread aufmachen...

Falls du ein paar gute chirurgen wissen möchtest,.. Ich habe mich damit über 2 Jahre lang beschäftigt :d

Gute Idee. Mich würde sowas auch interessieren :thumbup:

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Thu, 03 Mar 2022 16:51:45 GMT

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

---

Dr bart van de Ven ist gestorben 80 :cry: :(

mike. schrieb am Thu, 10 February 2022 20:02

2pass clinic in Belgien wird meine Wahl werden.

Die Ergebnisse sind mittlerweile mehr als gut und ich war schon bei Dr Bart Van de Ven persönlich vorstellen.

Meine Geheimratsecken würde er einfach "herausschneiden" und die Haut im Zuge der Forehead recontouring zusammenziehen.. es sind aber nur maximal 1,5 cm möglich.

[https://www.google.com/search?q=jamioe+rose+dee+2pass&client=opera&hs=Y9c&sxsrf=APq-WBuyJRnjZ7O-2iEJLfd1S-J9R8kAkQ:1644519436342&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwil09Cm6PX1AhWuhv0HHTLBBGEQ\\_AUoAXoECAEQAw&biw=1366&bih=658&dpr=1](https://www.google.com/search?q=jamioe+rose+dee+2pass&client=opera&hs=Y9c&sxsrf=APq-WBuyJRnjZ7O-2iEJLfd1S-J9R8kAkQ:1644519436342&source=lnms&tbm=isch&sa=X&ved=2ahUKEwil09Cm6PX1AhWuhv0HHTLBBGEQ_AUoAXoECAEQAw&biw=1366&bih=658&dpr=1)

le fort machen sie in südkorea... da kenne ich mich zuwenig aus

Der Kleidungsstil vieler Frauen ist sehr gut und anspruchsvoll. Ich lasse mich sehr oft inspirieren und frage hin und wieder, wo man das auch kaufen kann...

ich kaufe vieles der Kleidungsstücke nach, bei schuhen ist es leider unmöglich (M Gr. 44, F Gr. 43/44).

Das schmerzt sehr.

Alles andere wird immer tragbarer.. wäre da nicht das Gesicht :(

Bei Dir ist das Gesicht unten noch eckig.. das wird irgendwann sehr rund bzw oval.. dann sticht nur noch das Knochen hervor. ;)

Die Basis scheint bei Dir zu stimmen.... wahrscheinlich bist Du auch eher schwächig (so war

das bei mir)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 03 Mar 2022 18:12:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Oh nein :(  
Der war doch noch relativ jung :x

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 03 Mar 2022 19:41:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Thu, 03 March 2022 17:51

Dr bart van de Ven ist gestorben 8o :cry: :(

auch das noch

Ich bin schockiert 8o

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Sun, 13 Mar 2022 18:12:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

3 months in, die Brüste sind nicht mehr sensibel, was ist da los :(

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Sun, 13 Mar 2022 19:10:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Sun, 13 March 2022 19:123 months in, die Brüste sind nicht mehr sensibel, was ist da los :(

Escape effects?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Sun, 13 Mar 2022 19:14:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Sun, 13 March 2022 20:10daniel91 schrieb am Sun, 13 March 2022 19:123 months in, die Brüste sind nicht mehr sensibel, was ist da los :(

Escape effects?  
Nichts finden können, wie ist das in Bezug auf die HRT zu verstehen ?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sun, 13 Mar 2022 19:36:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Meine sind nicht mehr sensibel seitdem ich das P4 nehme

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Sun, 13 Mar 2022 19:41:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Absolut Mist :x auf Reddit meinen sie auch total normal kommt und geht.  
Sind zwar noch leicht sensibel aber vor kurzem hat sich das noch angefühlt wie eine Entzündung.  
Ich fand's gut.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Sun, 13 Mar 2022 22:24:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Sun, 13 March 2022 20:14mike. schrieb am Sun, 13 March 2022 20:10daniel91 schrieb am Sun, 13 March 2022 19:123 months in, die Brüste sind nicht mehr sensibel, was ist da los :(

Escape effects?  
Nichts finden können, wie ist das in Bezug auf die HRT zu verstehen ?

---

on off

oder reduzieren temporär im on/off schema

wenn E2 zulange zu hoch ist, regulieren vermutlich die ER down

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Mon, 14 Mar 2022 07:05:40 GMT

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

---

mike. schrieb am Sun, 13 March 2022 23:24daniel91 schrieb am Sun, 13 March 2022 20:14mike. schrieb am Sun, 13 March 2022 20:10daniel91 schrieb am Sun, 13 March 2022 19:123 months in, die Brüste sind nicht mehr sensibel, was ist da los :(

Escape effects?

Nichts finden können, wie ist das in Bezug auf die HRT zu verstehen ?

on off

oder reduzieren temporär im on/off schema

wenn E2 zulange zu hoch ist, regulieren vermutlich die ER down

Ich kann mir eher nicht vorstellen das meine low-medium HRT Dose die ERs überstimuliert haben.

Planung ist ja auch bald auf Mono Injections umzusteigen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Christian24](#) on Mon, 14 Mar 2022 08:35:57 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Mon, 14 March 2022 08:05mike. schrieb am Sun, 13 March 2022 23:24daniel91 schrieb am Sun, 13 March 2022 20:14mike. schrieb am Sun, 13 March 2022 20:10daniel91 schrieb am Sun, 13 March 2022 19:123 months in, die Brüste sind nicht mehr sensibel, was ist da los :(

Escape effects?

Nichts finden können, wie ist das in Bezug auf die HRT zu verstehen ?  
on off

oder reduzieren temporär im on/off schema

wenn E2 zulange zu hoch ist, regulieren vermutlich die ER down

Ich kann mir eher nicht vorstellen das meine low-medium HRT Dose die ERs überstimuliert haben.

Planung ist ja auch bald auf Mono Injections umzusteigen.

Also 6mg E2 würde ich jetzt nicht als low Dose bezeichnen.

Erhöhe die CPA Dosis und du wirst die Spannung schneller wieder spüren als du dir vorstellen kannst.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Mon, 14 Mar 2022 08:55:34 GMT

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

4mg

>Erhöhe die CPA Dosis und du wirst die Spannung schneller wieder spüren als du dir vorstellen kannst.

Glaube kaum dass das was mit den Antiandrogenen zu tun hat, ich habe sicherlich kaum noch T im Körper und hohes Proktalin, Ejakulat nicht mehr vorhanden.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Christian24](#) on Mon, 14 Mar 2022 09:42:47 GMT

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

daniel91 schrieb am Mon, 14 March 2022 09:554mg

>Erhöhe die CPA Dosis und du wirst die Spannung schneller wieder spüren als du dir vorstellen kannst.

Glaube kaum dass das was mit den Antiandrogenen zu tun hat, ich habe sicherlich kaum noch T im Körper und hohes Proktalin, Ejakulat nicht mehr vorhanden.

Es geht um die Blockung der AR Rezeptoren. Frag Mike, der wird dir das bestätigen.

Aber was tangiert dich das überhaupt? Es geht doch um den HA oder willst unbedingt ein paar Körbchengrößen zulegen.

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 14 Mar 2022 09:47:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Mon, 14 March 2022 10:42daniel91 schrieb am Mon, 14 March 2022 09:554mg

>Erhöhe die CPA Dosis und du wirst die Spannung schneller wieder spüren als du dir vorstellen kannst.

Glaube kaum dass das was mit den Antiandrogenen zu tun hat, ich habe sicherlich kaum noch T im Körper und hohes Proktalin, Ejakulat nicht mehr vorhanden.

Es geht um die Blockung der AR Rezeptoren. Frag Mike, der wird dir das bestätigen.

Aber was tangiert dich das überhaupt? Es geht doch um den HA oder willst unbedingt ein paar Körbchengrößen zulegen.

>Es geht um die Blockung der AR Rezeptoren

Was haben bitte die ARs mit dem Brustwachstum zu tun? Mein t/dht ist niedrig (wahrscheinlich selbst für eine Frau) mein E sollte im weiblichen Bereich sein.

Ob die ARs geblockt sind, sollte total irrelevant sein.

>Es geht doch um den HA  
Nein

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Mon, 14 Mar 2022 10:43:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Is scho recht, Meister Schlauberger.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 14 Mar 2022 10:55:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Daniel91...

Ziel: androgyn? ;)

Brustspannen kannst du wieder haben, indem du exogen T zu dir nimmst..  
Klingt paradox, kurzfristig funktioniert das.

Cpa stark erhöhen mittelfristig scheint auch zu funktionieren... Wie Christian schon sagte ?

Hohes P4 zu hohem E2 schafft es auch.

Die Frage ist, wie entwickelt sich eine trichodynie... Das ist mein und Christians Indikator.

Hohes P4 und exogen T können mittelfristig die Haare wieder angreifen.

Exogen Cortisol wirkt bei mir entgegen.

CPA wiederum nehme ich persönlich 2 wo on und 1 wo off.

Es scheint der upregulation entgegen zu wirken.  
Weil mehr als 100mg CPA kommt für mich nicht in Frage.

Im Endeffekt muss der AR downreguliert oder geblockt sein. Ein Großteil.

4mg E2 oral, falls es oral genommen wird, erhöht stark E1 und verdrängt E2 bzw. das E1 stammt aus E2.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Mon, 14 Mar 2022 11:37:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mit CPA habe ich leider den Nachteil, dass ich eine Anämie bekomme inkl. schnell aus der Puste sein.

Eisen und B12 nehme ich.. Der hohe Puls bleibt trotzdem.

Die Muskeln sind nicht mehr sichtbar und körperliche Arbeit wird eine Tortur.

Ich persönlich werde immer wieder mal off gehen oder reduzieren, wenn es die Haarfollikel zulassen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

---

Posted by [Christian24](#) on Mon, 14 Mar 2022 14:49:31 GMT

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

---

mike. schrieb am Mon, 14 March 2022 12:37

Mit cpa habe ich leider den Nachteil, dass ich eine Anämie bekomme inkl schnell aus der puste sein

Eisen und b12 nehme ich.. Der hohe puls bleibt trotzdem.

Die Muskeln sind nicht mehr sichtbar und körperliche Arbeit wird eine Tortur.

Ich persönlich werde immer wieder mal off gehen oder reduzieren wenn es die haarfollikel zulassen.

Das mit der Anämie ist leider richtig. Ich hatte wie gesagt im November eine Phase wo ich 100 mg alle zwei Tage genommen habe. Die Auswirkungen auf das Brustwachstum trotz gleichbleibender E2 Behandlung war enorm. Auch die Blutwerte rasselten in den Keller. Deshalb hab ich es auch abgebrochen. Allein der Haare wegen wäre das aber the cure.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 12:58:02 GMT

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

---

>Is scho recht, Meister Schlauberger.

Super austausch!

> Ziel: androgyn? ;)

Die Ziele haben sich geändert =P

> Brustspannen kannst du wieder haben, indem du exogen T zu dir nimmst..

Spannen habe ich, aber das initiale stechen ist weg, auf reddit schreibt man dazu, dass das nur vorkommt wenn die Brustwarzen wachsen und dass ging bei mir im Turbo-Modus ;)

Glücklich kann ich mich eh schätzen, habe in den ersten 3 Monaten mehr als manche nach einem Jahr ;)

> exogen T

NIEMALS

>Cpa stark erhöhen mittelfristig scheint auch zu funktionieren... Wie Christian schon sagte ?

Wieso sollte dass denn so sein? MmN spricht nichts dafür, die besten Erfolge haben die, die auf E Injection Mono-Therapie sind, nehmen überhaupt keine AAs.

> Die Frage ist, wie entwickelt sich eine trichodynie... Das ist mein und Christians Indikator. Haare sind für mich erstmal zweitrangig, das AGA Jucken ist aber komplett weg

>4mg E2 oral, falls es oral genommen wird, erhöht stark E1 und verdrängt E2 bzw das E1 stammt aus E2.

Sublingual, aber werde wohl bald auf 6 hoch gehen und dann richtung Injektions

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 13:17:20 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 13:58[b]

> Ziel: androgyn? ;)

Die Ziele haben sich geändert =P

>Cpa stark erhöhen mittelfristig scheint auch zu funktionieren... Wie Christian schon sagte ? Wieso sollte dass denn so sein? MmN spricht nichts dafür, die besten Erfolge haben die, die auf E Injection Mono-Therapie sind, nehmen überhaupt keine AAs.

Alles klar.. Ich verstehe ;)

E2V injections scheinen tatsächlich sehr effektiv zu sein.

Siehe auf hlt die Userin keepcoolmybabies.

Von NW2 zu NW0 und komplette feminisierung.

x mg E2V injections weekly.

25mg bicalutamid

Minox und tretinoin

Mehr nimmt sie nicht.

Die Ergebnisse sind die besten die ich jemals sah.

Sie hat soviel Haare und vorallem so dicke Haare, dass sie sie nicht mehr zusammen binden kann. :o

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Tue, 15 Mar 2022 13:22:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

E2V injections hält den ganzen Tag konstant den E2 Spiegel hoch

Das schafft man anders kaum

Schlecht sind unsere Peaks aus gel, Tabletten oder Pflaster...

Jedes Mal wenn der E2 Wert absackt kommt ein LH stoß und viril Schub.. Es wirft uns jedes Mal zurück

E2V injections simuliert auch die Tage der weiblichen fruchtbaren Tage  
Ovulation  
Ca 7 Tage lang ohne tgl zyklus.. Der tägliche zyklus macht den Mann aus.

Frauen sind stabiler und weniger Volatilität

[https://www.ecosia.org/images?\\_sp=26253fc5-72e0-4916-a3fe-906003018301&q=female%20cyclus#id=D0B73A1975B7EC5E035758D254A219C3E0E1F8B1](https://www.ecosia.org/images?_sp=26253fc5-72e0-4916-a3fe-906003018301&q=female%20cyclus#id=D0B73A1975B7EC5E035758D254A219C3E0E1F8B1)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 13:51:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Da hast du rechts, die Peaks sind nicht so toll =(  
Bei Patches und Gels, wenn sie E2 hoch genug hoch treiben tatsächlich doch besser als bei den sublingualen Pillen, da sind die Peaks enorm.

Auf Reddit gibt's n paar Mädels die E2 Gels selbst herstellen, deutlich über diesen 0.6mg, damit eine Monotherapie machen und TOP werte haben.  
EV ist mir aber doch lieber.

Zu den Haaren:

Ich sehe auf reddit schon genug Userinnen die mit Spiro(100-200mg)/CPA(12.5mg ist da standard) und E2 gute Fortschritte machen, aber eine NW0 Haarlinie bekommen sie damit nicht hin, aber NW5->Diffuser NW2 ist da schon drinnen. Deutlich mehr als FIN+Minox Therapie leistet.

Ich will mich mit Medis so wenig wie möglich kaputt machen, 100mg CPA da gehen bei mir die Alarmglocken an!

Wenn ich 50mg nehme, geht es mir am Abend schon deutlich schlechter.

Ich finde ich habe einen guten Mittelweg gefunden.

Und es geht mir heute deutlich besser als jemals unter FIN.

Mein Ziel ist es, mit der aktuellen Behandlung und meinen Haartransplantationen, so einen Status zu erhalten:

<https://youtu.be/RxNawQGHvXs?t=376>

(Er war vorher NW5)

Das wird Frisurentechnisch schon einschränken, aber so etwas könnte wohl drinnen sein:

<http://hair-photo.com/wp-content/uploads/2015/07/best-hairstyles-for-popular-haircuts-1437984387gn8k4.jpg>

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 13:55:50 GMT

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

---

Ansonsten finde ich dass mein niedrig-dosiertes CPA (was T ja trotzdem [das muss ich erst noch nachweisen] auf nicht messbare Werte setzt) sehr gut anschlägt.

Das sehe ich z.B am Bartwuchs

---

### File Attachments

1) [1609145793014-min.jpg](#), downloaded 1761 times



Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 13:56:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

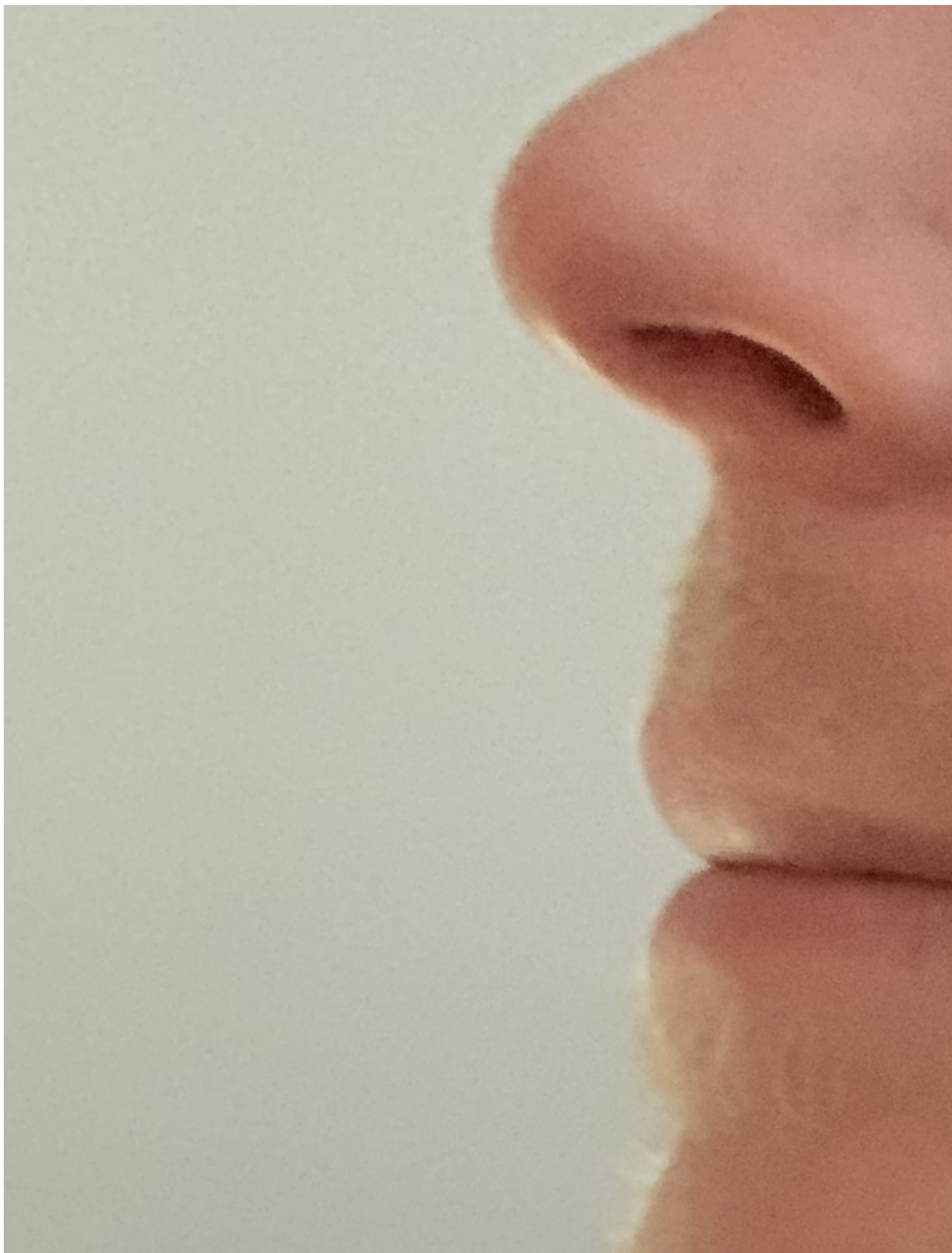
---

SORRY, nur ein Bild pro Beitrag hier erlaubt

### File Attachments

---

1) [IMG\\_7982.jpg](#), downloaded 690 times



Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Tue, 15 Mar 2022 14:51:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Interessant

Man erkennt die HRT an der klaren Haut.

Irgendwann wird das gesicht eventuell bizarr aussehen und der Wunsch nach einer feminisierung der Nase kommen... ;-)  
Das macht sehr viel aus.

<https://www.t-change.com/imagenes/facial-feminization-surgery-2-en.jpg>

In Istanbul sind meiner Ansicht nach die besten rhinoplasty chirurgen.. ;-)

Hast du einen link für mich zwecks hochpotentes gel selber herstellen  
Kennst du Erfahrungen bzgl E2 gel 0.6mg / 4 unter folie 2x tgl? Also unter folie explizit?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 15:04:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

> Man erkennt die HRT an der klaren Haut.  
:proud: :proud: :proud:

> Irgendwann wird das gesicht eventuell bizarr aussehen und der Wunsch nach einer feminisierung der Nase kommen... ;-)  
Das macht sehr viel aus.  
Der ist schon lange da :(  
Eigentlich dachte ich ja an die 2Pass Klinik :(

....  
Das Facial Team in Spanien hat auf redit noch eine hohe Reputation:  
<https://facialteam.eu/facial-feminization-surgery/>

In die Türkei will ich eigentlich nie wieder x(

>Hast du einen link für mich zwecks hochpotentes gel selber herstellen

Ich muss suchen, dass mach ich am Wochenende =)

> Kennst du Erfahrungen bzgl E2 gel 0.6mg / 4 unter folie 2x tgl? Also unter folie explizit?

Explizit nicht

<https://www.reddit.com/r/transtimelines/>

<https://www.reddit.com/r/TransBreastTimelines/>

Hier wird oft auch das aktuelle Regiment genannt

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Tue, 15 Mar 2022 15:12:53 GMT

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

---

Danke ;-) ?

Ja, facialteam gibt es auch noch.

Ich habe eine Frau kennengelernt die vor einigen Jahren dort war.

Ihr Gesicht ist absolut stimmig..

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 15:13:14 GMT

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

---

@mike,

gefunden:

[https://www.reddit.com/r/estrogel/comments/mo47jo/estrogel\\_monotherapy\\_is\\_not\\_only\\_possible\\_but/](https://www.reddit.com/r/estrogel/comments/mo47jo/estrogel_monotherapy_is_not_only_possible_but/)

[https://www.reddit.com/r/estrogel/comments/lkqum4/first\\_bottle\\_of\\_estrogel/](https://www.reddit.com/r/estrogel/comments/lkqum4/first_bottle_of_estrogel/)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Tue, 15 Mar 2022 15:21:27 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 16:13@mike,

gefunden:

---

[https://www.reddit.com/r/estrogel/comments/mo47jo/estrogel\\_monotherapy\\_is\\_not\\_only\\_possible\\_but/](https://www.reddit.com/r/estrogel/comments/mo47jo/estrogel_monotherapy_is_not_only_possible_but/)  
[https://www.reddit.com/r/estrogel/comments/lkqum4/first\\_bottle\\_of\\_estrogel/](https://www.reddit.com/r/estrogel/comments/lkqum4/first_bottle_of_estrogel/)

Danke ;-)

Mir fällt gerade ein...

2x 0.5 hub e2 =.0.75 mg E2

Brachte mir letztes Jahr 330 pgml E2 8h nach auftragen an den unterarmen...

Im Nachhinein betrachtet waren die Werte schön aber eine globale feminisierung bescheiden...

Da fahre ich mit fast stündlich scrotal E2 je 0.1mg fast besser

Nur werden die E2 Werte bei geschätzt 600 pgml sein.

Es braucht ein postpubertärer Mann scheinbar mehr E2 als eine Frau?  
Um vernünftig zu feminisieren?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:20:10 GMT

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

>Es braucht ein postpubertärer Mann scheinbar mehr E2 als eine Frau?  
Um vernünftig zu feminisieren?

Hm gute Frage, man muss auch für sich definieren, was ein gutes Passing ist,  
finde den Typos optimal:

[https://www.reddit.com/r/TransBreastTimelines/comments/tcvz84/3\\_years\\_virtually\\_no\\_growth\\_at\\_this\\_point\\_i\\_feel/](https://www.reddit.com/r/TransBreastTimelines/comments/tcvz84/3_years_virtually_no_growth_at_this_point_i_feel/)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:20:52 GMT

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

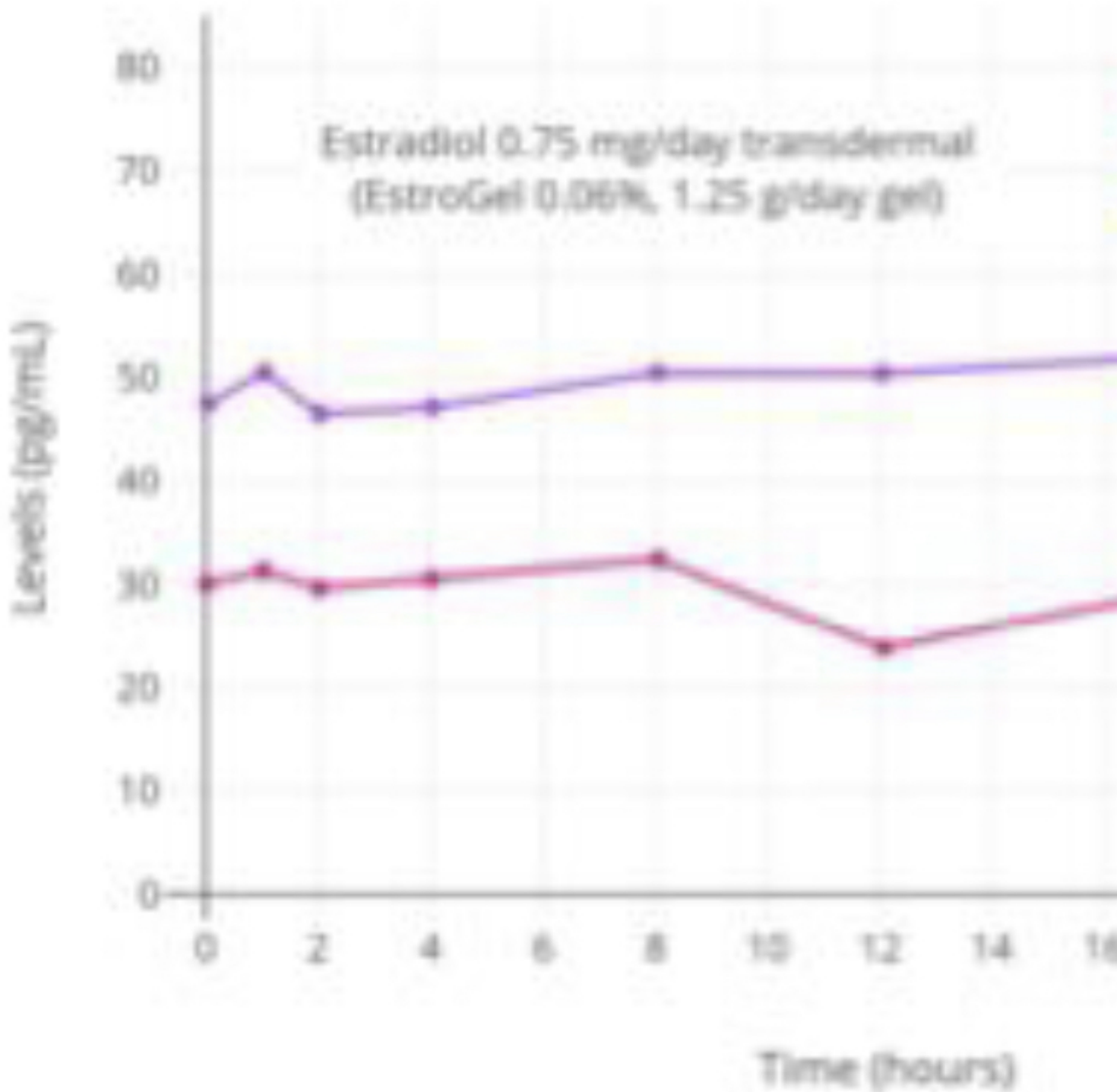
@daniel: Ich hab's dir versucht zu erklären. Du glaubst mir nicht. Mike hast du's dann auch nicht geglaubt. Also wozu weiterdiskutieren?  
Ob es nun an der Hemmung der erhöhten AR (und auch du hast noch T/DHT im Körper, du nimmst ja im Gegensatz zu Mike und mir keine 5ar Blocker) oder am erhöhten Prolaktin liegt, ich weiß es nicht. Ich weiß nur der Monat mit 100mg CPA alle zwei Tage hat mir dann meine Gyno OP beschert. Und das bei weit geringer E2 Dosierung als bei euch. Gesund is das ohnehin nicht, hab ich nie behauptet. Aber ich hatte erst ab 100mg Schwierigkeiten eine Erektion zu bekommen. Und das nur am Tag der Einnahme. Soviel zum Thema es findet keine Upregulation statt.

@Mike: Das mit den 0,75 mg kann nicht stimmen.

### File Attachments

---

1) [2104C157-EA9B-4E05-A0B0-C530789A848B.jpeg](#), downloaded 331 times



---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:28:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Eine Gyno habe ich eh schon, darum geht es ja nicht!  
Ich glaube weiterhin, dass es schwachsinn ist. Es ging darum, dass das Inflammation-Feeling weg ist.  
Das konnte nun aber mit Hilfe von Reddit geklärt werden.

>und auch du hast noch T/DHT im Körper  
Bezweifel ich, bei 4mg E2 Sublingual braucht man viel niedrigere CPA Dosen.  
IdR sind die T Werte bei o.G Behandlung im sehr sehr niedrigen weiblichen Bereich,  
entsprechend ist DHT auch niedrig, außer man ist ein DHT Mutant (Backway path) dann hilft aber auch kein FIN/DUT.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 17:30:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:20>Es braucht ein postpubertärer Mann scheinbar mehr E2 als eine Frau?  
Um vernünftig zu feminisieren?

Hm gute Frage, man muss auch für sich definieren, was ein gutes Passing ist,  
finde den Typos optimal:  
[https://www.reddit.com/r/TransBreastTimelines/comments/tcvz84/3\\_years\\_virtually\\_no\\_growth\\_at\\_this\\_point\\_i\\_feel/](https://www.reddit.com/r/TransBreastTimelines/comments/tcvz84/3_years_virtually_no_growth_at_this_point_i_feel/)

Interessant

Meine brüste sind um einiges größer und die nippel 3x so groß.  
Im Durchmesser 6 cm

Ihr fehlen etwas Muskeln.

DHT lookalike kann man nicht mehr feststellen.

Das kennt man auch an ihrem Haar. Das ist wunderbar.

Mein persönliches Problem ist immer ein DHT lookalike was mich komplett entstellt und kerlig aussehen lässt.

Ich hasse das.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:37:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:20@daniel: Ich hab's dir versucht zu erklären. Du glaubst mir nicht. Mike hast du's dann auch nicht geglaubt. Also wozu weiterdiskutieren?

Ob es nun an der Hemmung der erhöhten AR (und auch du hast noch T/DHT im Körper, du nimmst ja im Gegensatz zu Mike und mir keine 5ar Blocker) oder am erhöhten Prolaktin liegt, ich weiß es nicht. Ich weiß nur der Monat mit 100mg CPA alle zwei Tage hat mir dann meine Gyno OP beschert. Und das bei weit geringer E2 Dosierung als bei euch. Gesund ist das ohnehin nicht, hab ich nie behauptet. Aber ich hatte erst ab 100mg Schwierigkeiten eine Erektion zu bekommen. Und das nur am Tag der Einnahme. Soviel zum Thema es findet keine Upregulation statt.

@Mike: Das mit den 0,75 mg kann nicht stimmen.

Die brüste wachsen nicht von E2 alleine.

Wenn etwas P4 und T dazugegeben wird schwillt sie nochmal extra an.  
Bei knapp zuviel T und DHT und AR schwinden die kopfhaare trotz brüste... Wie bei älteren Frauen. Die brüste werden auch immer mehr.. Die Haare weniger.

Ausserdem überseht nicht :Verhältnis E2:DHT:T

T3, Cortisol, P4

Bei 50mg cpa, 0.75mg E2, 2,5mg fin, 0.5mg dut, tretinoin minox  
Komme ich leicht in eine morbus addison... Ohne gelbstich in der Haut, da acth niedriger ist, dank C und cpa..  
Dhea fehlt.. Zuwenig dhea verringert das Wohlbefinden und zerrt aus.. Zuviel auch und würde dht erhöhen.

Alles ist sehr komplex

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:37:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Tue, 15 March 2022 18:30daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:20>Es braucht ein postpubertärer Mann scheinbar mehr E2 als eine Frau?  
Um vernünftig zu feminisieren?

Hm gute Frage, man muss auch für sich definieren, was ein gutes Passing ist,  
finde den Typos optimal:

[https://www.reddit.com/r/TransBreastTimelines/comments/tcvz84/3\\_years\\_virtually\\_no\\_growth\\_at](https://www.reddit.com/r/TransBreastTimelines/comments/tcvz84/3_years_virtually_no_growth_at)

\_this\_point\_i\_feel/

Mein persönliches Problem ist immer ein DHT lookalike was mich komplett entstellt und kerlig aussehen lässt.

Ich hasse das.

:( Das Gefühl kenne ich, bei mir werden die Haare immer major source of pain sein.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:39:21 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://info-dhea.net/de/mangel/ist-dhea-mangel/>

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:39:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Tue, 15 March 2022 18:37 Christian24 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:20 @daniel: Ich hab's dir versucht zu erklären. Du glaubst mir nicht. Mike hast du's dann auch nicht geglaubt. Also wozu weiterdiskutieren?

Ob es nun an der Hemmung der erhöhten AR (und auch du hast noch T/DHT im Körper, du nimmst ja im Gegensatz zu Mike und mir keine 5ar Blocker) oder am erhöhten Prolaktin liegt, ich weiß es nicht. Ich weiß nur der Monat mit 100mg CPA alle zwei Tage hat mir dann meine Gyno OP beschert. Und das bei weit geringer E2 Dosierung als bei euch. Gesund is das ohnehin nicht, hab ich nie behauptet. Aber ich hatte erst ab 100mg Schwierigkeiten eine Erektion zu bekommen. Und das nur am Tag der Einnahme. Soviel zum Thema es findet keine Upregulation statt.

@Mike: Das mit den 0,75 mg kann nicht stimmen.  
Die brüste wachsen nicht von E2 alleine.

Wenn etwas P4 und T dazugegeben wird schwillt sie nochmal extra an.  
Bei knapp zuviel T und DHT und AR schwinden die kopfhaare trotz brüste... Wie bei älteren Frauen. Die brüste werden auch immer mehr.. Die Haare weniger.

Ausserdem überseht nicht :Verhältnis E2:DHT:T

T3, Cortisol, P4

Bei 50mg cpa, 0.75mg E2, 2,5mg fin, 0.5mg dut, tretinoin minox  
Komme ich leicht in eine morbus addison... Ohne gelbstich in der Haut, da acth niedriger ist, dank C und cpa..

Dhea fehlt.. Zuwenig dhea verringert das Wohlbefinden und zerrt aus.. Zuviel auch und würde dht erhöhen.

Alles ist sehr komplex

Bei manchen wiederum sehr einfach:

[https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/srl94x/hair\\_loss\\_recovery\\_timeline\\_not\\_perfect\\_but\\_a\\_big/](https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/srl94x/hair_loss_recovery_timeline_not_perfect_but_a_big/)

> I do 0.2ml every 5 days. My E trough levels are about 280 and T levels are 9 at last lab check. I don't do finn or spiro and have been on only injections since starting hrt.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 17:40:53 GMT

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

Bei mir ist es seit einer Weile so...

Haarwäsche brauche ich nur noch zb Sonntags.  
Die ganze Woche über sind sie trocken.

Früher musste ich jeden Tag waschen.  
Meine Haare reichen bis zu Brustwarzen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 17:43:25 GMT

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

daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:39mike. schrieb am Tue, 15 March 2022 18:37Christian24 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:20@daniel: Ich hab's dir versucht zu erklären. Du glaubst mir nicht. Mike hast du's dann auch nicht geglaubt. Also wozu weiterdiskutieren?

Ob es nun an der Hemmung der erhöhten AR (und auch du hast noch T/DHT im Körper, du nimmst ja im Gegensatz zu Mike und mir keine 5ar Blocker) oder am erhöhten Prolaktin liegt, ich weiß es nicht. Ich weiß nur der Monat mit 100mg CPA alle zwei Tage hat mir dann meine Gyno OP beschert. Und das bei weit geringer E2 Dosierung als bei euch. Gesund ist das ohnehin nicht, hab ich nie behauptet. Aber ich hatte erst ab 100mg Schwierigkeiten eine Erektion zu bekommen. Und das nur am Tag der Einnahme. Soviel zum Thema es findet keine Upregulation statt.

@Mike: Das mit den 0,75 mg kann nicht stimmen.

Die brüste wachsen nicht von E2 alleine.

Wenn etwas P4 und T dazugegeben wird schwillt sie nochmal extra an.  
Bei knapp zuviel T und DHT und AR schwinden die kopfhaare trotz brüste... Wie bei älteren Frauen. Die brüste werden auch immer mehr.. Die Haare weniger.

Ausserdem überseht nicht :Verhältnis E2:DHT:T

T3, Cortisol, P4

Bei 50mg cpa, 0.75mg E2, 2,5mg fin, 0.5mg dut, tretinoin minox  
Komme ich leicht in eine morbus addison... Ohne gelbstich in der Haut, da acth niedriger ist, dank C und cpa..  
Dhea fehlt.. Zuwenig dhea verringert das Wohlbefinden und zerrt aus.. Zuviel auch und würde dht erhöhen.

Alles ist sehr komplex

Bei manchen wiederum sehr einfach:

[https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/srl94x/hair\\_loss\\_recovery\\_timeline\\_not\\_perfect\\_but\\_a\\_big/](https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/srl94x/hair_loss_recovery_timeline_not_perfect_but_a_big/)

> I do 0.2ml every 5 days. My E trough levels are about 280 and T levels are 9 at last lab check. I don't do finn or spiro and have been on only injections since starting hrt.

0.2ml von was? :d

E2 valerate?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 17:46:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ok

Ich glaube wir haben es.

Danach suche ich seit Jahren.

Es sind die E2 Peaks and downs die alles zunichte machen.... Bei mir.

Lifelong Dut und fin kann ich mir gesundheitlich nicht leisten

Ich muss auch zu injections kommen.

Wie wirst du das angehen, Daniel?

Selber spritzen?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:47:26 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 15 March 2022 18:43 daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:39 mike. schrieb am Tue, 15 March 2022 18:37 Christian24 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:20 @daniel: Ich hab's dir versucht zu erklären. Du glaubst mir nicht. Mike hast du's dann auch nicht geglaubt. Also wozu weiterdiskutieren?

Ob es nun an der Hemmung der erhöhten AR (und auch du hast noch T/DHT im Körper, du nimmst ja im Gegensatz zu Mike und mir keine 5ar Blocker) oder am erhöhten Prolaktin liegt, ich weiß es nicht. Ich weiß nur der Monat mit 100mg CPA alle zwei Tage hat mir dann meine Gyno OP beschert. Und das bei weit geringer E2 Dosierung als bei euch. Gesund ist das ohnehin nicht, hab ich nie behauptet. Aber ich hatte erst ab 100mg Schwierigkeiten eine Erektion zu bekommen. Und das nur am Tag der Einnahme. Soviel zum Thema es findet keine Upregulation statt.

@Mike: Das mit den 0,75 mg kann nicht stimmen.  
Die brüste wachsen nicht von E2 alleine.

Wenn etwas P4 und T dazugegeben wird schwillt sie nochmal extra an.  
Bei knapp zuviel T und DHT und AR schwinden die kopfhaare trotz brüste... Wie bei älteren Frauen. Die brüste werden auch immer mehr.. Die Haare weniger.

Ausserdem überseht nicht :Verhältnis E2:DHT:T

T3, Cortisol, P4

Bei 50mg cpa, 0.75mg E2, 2,5mg fin, 0.5mg dut, tretinoin minox  
Komme ich leicht in eine morbus addison... Ohne gelbstich in der Haut, da acth niedriger ist, dank C und cpa..  
Dhea fehlt.. Zuwenig dhea verringert das Wohlbefinden und zerrt aus.. Zuviel auch und würde dht erhöhen.

Alles ist sehr komplex

Bei manchen wiederum sehr einfach:

[https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/srl94x/hair\\_loss\\_recovery\\_timeline\\_not\\_perfect\\_but\\_a\\_big/](https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/srl94x/hair_loss_recovery_timeline_not_perfect_but_a_big/)

> I do 0.2ml every 5 days. My E trough levels are about 280 and T levels are 9 at last lab check. I don't do finn or spiro and have been on only injections since starting hrt.

0.2ml von was? :d  
Estradiol valerate 100mg/5ml

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:49:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Tue, 15 March 2022 18:46

Ok

Ich glaube wir haben es.

Danach suche ich seit Jahren.

Es sind die E2 Peaks and downs die alles zunichte machen.... Bei mir.

Lifelong Dut und fin kann ich mir gesundheitlich nicht leisten

Ich muss auch zu injections kommen.

Wie wirst du das angehen, Daniel?

Selber spritzen?

Lifelong Dut und fin kann ich mir gesundheitlich nicht leisten

:thumbup: :thumbup: :thumbup:

Also ich plane nun ersteinmal mein Estrofem Depot das auf 100 Discs 2mg angewachsen ist leer zu machen, Ziel sind 6mg daily sublingual.

Danach denke ich, ja: selber spritzen.

Hab auch gelesen, dass es deutlich günstiger sein soll, das shelf life ist nur nicht so lang :(, da kann ich kaum was bunkern und bin immer abhänhig.

Evtl mal die offizielle Route? Aber ob man da an injecions kommt?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 17:51:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

offiz..... ich bekomme E2-Gel und keine injections (Arzt macht das nicht und kennt sich nicht aus..so in etwa)

ich kriege nur E2 Gel und nix anderes.. und P4 (utrogestan100)

nciht mehr und nicht weniger :?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:54:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mal an einen Arzt wechsel gedacht?

Aber ich kenne mich da auch überhaupt nicht aus, bis jetzt habe ich von keinem aus D gehört, der Injektionen bekommt.

Habe aber auch einen interresanten Beitrag gelesen, dass nach einer Orchi die Peaks kaum existent sind und man selbst mit patches sehr stabile Level bekommt.

Das willst du aber sicher nicht?

Gut für den B12 Haushalt und die Leber und die Neurosteroid e wäre es aber allemal.

Hier aber auch mal ein anderer Fall, just Spiro + 4mg Estrofem

[https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/s817hu/hair\\_regrowth\\_from\\_hrt\\_0\\_months\\_estrogen\\_vs\\_4/](https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/s817hu/hair_regrowth_from_hrt_0_months_estrogen_vs_4/)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 17:55:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

meinst du, man kann mit E2 Gel unter folie was ähnliches bewirken wie injections?

zumindest könnte ich das sofort umsetzen.

nur wie befestigen? folie an bd obschenkel unter leggings?

heute zb bin ich total unzufrieden.. scrotal E2 mehrmals tgl ist der horror... erst ist mir kalt/frösteln(weste), 2h danach kommt eine hitzewallung und schweißausbrüche (weste weg), dann nach dem schmieren wird mir wieder eiskalt usw x(

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:57:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Tue, 15 March 2022 18:55

meinst du, man kann mit E2 Gel unter folie was ähnliches bewirken wie injections?

zumindest könnte ich das sofort umsetzen.  
nur wie befestigen? folie an bd obschenkel unter leggings?

heute zb bin ich total unzufrieden.. scrotal E2 mehrmals tgl ist der horror... erst ist mir kalt/frösteln(weste), 2h danach kommt eine hitzewallung und schweißausbrüche (weste weg), dann nach dem schmieren wird mir wieder eiskalt usw x(

Bin kein experte wie du, aber mit dem selbst gemixten E2 Gel in höherer konzentration, kann man lt reddit eine gute Monotherapie fahren.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 15 Mar 2022 17:57:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

alle anderen ärzte, bei denen ich war, sind noch schlechter x( x( x(

selbst gynäkologen wissen nicht wie man T-Frauen behandelt..

sagte ich, genauso wie frauen im wechsel.. das wird ihnen zu kompliziert :thumbdown:

es ist eine katastrophe mit den ärzten..die werden immer noch blöder

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#) on Tue, 15 Mar 2022 18:00:20 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:57mike. schrieb am Tue, 15 March 2022 18:55

meinst du, man kann mit E2 Gel unter folie was ähnliches bewirken wie injections?

zumindest könnte ich das sofort umsetzen.

nur wie befestigen? folie an bd obschenkel unter leggings?

heute zb bin ich total unzufrieden.. scrotal E2 mehrmals tgl ist der horror... erst ist mir kalt/frösteln(weste), 2h danach kommt eine hitzewallung und schweißausbrüche (weste weg), dann nach dem schmieren wird mir wieder eiskalt usw x(

Bin kein experte wie du, aber mit dem selbst gemixten E2 Gel in höherer konzentration, kann man lt reddit eine gute Monotherapie fahren.

monotherapie ist immer so eine Sache

etwas P4 muss schon dabei sein... wenn mir P4 fehlt, fehlt mir auch psychisch was.. ich fühle mich sehr abgeschnitten.. komisch zu beschreiben..es würde was fehlen..eine leere da sein.

ich teste mal je Oberschenkel morgens 0,2mg (ges. morgens 0,4mg) und abends das selbe (wieder ges. 0,4mg)

dann habe ich tgl immer 0,75/0,80 mg E2 transdermal wie ein Pflaster

zur Erinnerung

Pflaster haben 0,1 mg (100 mcg E2)

Frauen können auch an die 200 pg/ml E2 damit haben

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 18:02:10 GMT

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

---

P4 ist bei mir so eine Sache, unter FIN hat es das leber erträglicher gemacht, wenn ich es jetzt nehme, knallt es mich weg und ich bin morgens total dusselig. Ich glaube alles was irgendwo meine Neutransmitter beeinflusst, wird bei mir murx :(

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Tue, 15 Mar 2022 18:02:18 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:54Mal an einen Arzt wechsel gedacht?  
Aber ich kenne mich da auch überhaupt nicht aus, bis jetzt habe ich von keinem aus D gehört, der Injektionen bekommt.

Habe aber auch einen interresanten Beitrag gelesen, dass nach einer Orchi die Peaks kaum existent sind und man selbst mit patches sehr stabile Level bekommt.  
Das willst du aber sicher nicht?

Gut für den B12 Haushalt und die Leber und die Neurosteroido wäre es aber allemal.

Hier aber auch mal ein anderer Fall, just Spiro + 4mg Estrofem

[https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/s817hu/hair\\_regrowth\\_from\\_hrt\\_0\\_months\\_estrogen\\_vs\\_4/](https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/s817hu/hair_regrowth_from_hrt_0_months_estrogen_vs_4/)

eine Orchektomie möchte ich nicht.

chirurgisch kommt nur das Gesicht "unters Messer.".. am Körper/genital nichts.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 18:02:52 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 15 March 2022 19:02daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:54Mal an einen Arzt wechsel gedacht?

Aber ich kenne mich da auch überhaupt nicht aus, bis jetzt habe ich von keinem aus D gehört, der Injektionen bekommt.

Habe aber auch einen interresanten Beitrag gelesen, dass nach einer Orchi die Peaks kaum existent sind und man selbst mit patches sehr stabile Level bekommt.  
Das willst du aber sicher nicht?

Gut für den B12 Haushalt und die Leber und die Neurosteroido wäre es aber allemal.

---

Hier aber auch mal ein anderer Fall, just Spiro + 4mg Estrofem  
[https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/s817hu/hair\\_regrowth\\_from\\_hrt\\_0\\_months\\_estrogen\\_vs\\_4/](https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/s817hu/hair_regrowth_from_hrt_0_months_estrogen_vs_4/)  
eine Orchektomie möchte ich nicht.

chirurgisch kommt nur das Gesicht "unters Messer".. am Körper/genital nichts.

Verstehe ich zu 100%

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 18:03:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 19:02P4 ist bei mir so eine Sache, unter FIN hat es das leber erträglicher gemacht,  
wenn ich es jetzt nehme, knallt es mich weg und ich bin morgens total dusselig.  
Ich glaube alles was irgendwo meine Neutransmitter beeinflusst, wird bei mir murx :(

das ist nur temporär..ca 2 Wochen..danach verträgst du es wunderbar und es pusht eher

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 18:15:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 18:28Eine Gyno habe ich eh schon, darum geht es ja nicht!  
Ich glaube weiterhin, dass es schwachsinn ist. Es ging darum, dass das Inflammation-Feeling weg ist.  
Das konnte nun aber mit Hilfe von Reddit geklärt werden.

>und auch du hast noch T/DHT im Körper  
Bezweifel ich, bei 4mg E2 Sublingual braucht man viel niedrigere CPA Dosen.  
IdR sind die T Werte bei o.G Behandlung im sehr sehr niedrigen weiblichen Bereich,  
entsprechend ist DHT auch niedrig, außer man ist ein DHT Mutant (Backway path) dann hilft aber auch kein FIN/DUT.

zum backway path  
sind wir 2021 draufgekommen, dass

dexamethason oder cortisol oder prednisolon usw helfen können

ein mangel an glucocorticoiden erhöht scheinbar DHT aus urspr. P4, P5 DHEA usw..eben über 17a-hydroxylase und 17b-HSD (17OHP4, ASD, 5aASD, DHT usw)

[https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway)

darum fahre ich mit 10mg Cortisol sehr gut

CPA senkt Cortisol und kann im ungünstigen Fall DHT erhöhen..trotz CPA ein DHT-lookalike machen..viril.. trotz mangel an 3bHSD (DHEA wird ungefährlich, aber P4 wird gefährlich)

ich habe das schwarz auf weiß, da selbst getestet und messen lassen

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 18:22:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich hatte damals 2017 bis 19 mit Fin sehr gute Ergebnisse was das halten und auch Neuwuchs angeht.  
(Für einen NW5).

Deswegen glaube ich bei mir zumindest nicht daran.  
Aber es gibt ein paar wenige, deren DHT Spiegel ändert sich unter HRT keinen Millimeter.

Da gibt es von Dr. W Powers Auch ein paar interessante Beiträge :0

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 18:29:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich merke, dass Cortisol dazu beiträgt, dass die Haare weniger fetten

1 Wo ohne Cortisol und es beginnt wieder..auch eine trchodynie

bei mir wird es so sein...

DHT war mal bei 1,4 ng/ml bei 0,9 ng/ml T - niedriges LH - 12,5 mg CPA, fin, dut, 0,75 mg E2 gel (E2 bei ca 250 pg/ml), 10mg DHEA und 100mg P4

da waren die haare den ganzen tag schmierig fettig

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 18:31:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 19:22Ich hatte damals 2017 bis 19 mit Fin sehr gute Ergebnisse was das halten und auch Neuwuchs angeht.  
(Für einen NW5).

Deswegen glaube ich bei mir zumindest nicht daran.  
Aber es gibt ein paar wenige, deren DHT Spiegel ändert sich unter HRT keinen Millimeter.

Da gibt es von Dr. W Powers Auch ein paar interessante Beiträge :0  
[https://www.reddit.com/r/DrWillPowers/comments/hn2pft/the\\_backdoor\\_pathway\\_to\\_dht\\_is\\_going\\_to\\_be/](https://www.reddit.com/r/DrWillPowers/comments/hn2pft/the_backdoor_pathway_to_dht_is_going_to_be/)

interessant... da werde ich mich einlesen, was Dr Powers dazu publiziert hat ;)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Tue, 15 Mar 2022 18:36:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

was wir auch wissen

E1:E2 sollte ca 1:1 sein

wenn E1 dominiert ist es ein Ausdruck(ursache?) für einen escape effekt.

man feminisiert nicht weiter und virilisiert zT wieder (ev wieder mehr DHT, 5aASD, 17OHP4 usw)

10mg Cortisol morgens und  
nicht zuviel E2 ist eine gute Basis (>6mg E2 müsste der wahnsinn sein und eine  
ER-downregulation, backdoor-pathway, AR-upr, E1 dominanz sein)

bei den TG-Gruppen, wo ich früher aktiver war.. waren TFrauen , die zu aggressiv fuhren (zb 6  
Hub E2 Gel tgl) mit weniger E2 gesegnet (ca 50 pg/ml)

E1 war öfter bei 1 ng/ml ..

weniger ist mehr.. war 2013 unser Grundsatz

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 18:37:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Tue, 15 March 2022 19:29

ich merke, dass Cortisol dazu beiträgt, dass die Haare weniger fetten

1 Wo ohne Cortisol und es beginnt wieder..auch eine trchodynie

bei mir wird es so sein...

DHT war mal bei 1,4 ng/ml bei 0,9 ng/ml T - niedriges LH - 12,5 mg CPA, fin, dut, 0,75 mg E2 gel  
(E2 bei ca 250 pg/ml), 10mg DHEA und 100mg P4

da waren die haare den ganzen tag schmierig fettig

Interessant!

Ich hatte unter Fin only extrem fettig schmierige Haut und fettige Haare!

Es war widerwärtig ?

Ich hatte den Eindruck, dass es am erhöhten freien T liegt.

Hautprobleme habe ich nun keine mehr :)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Tue, 15 Mar 2022 18:39:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

interessant

mehr fT = ev mehr T für 5ar -> DHT zur verfügung?

bei mir war das 2011 auch noch so ekelhaft .. bevor ich mit E2 und co startete

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 15 Mar 2022 18:45:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hm aber iDR sollte 70 Prozent 5ar blockiert gewesen sein.  
Kann mir erhöhte DHT Werte nicht vorstellen vorallem, da es ja bei den Haaren geholfen hat.  
(meinen Beitrag findest du unter Erfolgsberichte).

Ich hatte unter Fin den Eindruck, dass meine Hormon und Neurotransmitter Balance völlig kaputt war. Davon muss ich mich immernoch erholen ;)

Auch interessant: unter Fin ständig starke Hodenschmerzen, vermindertes Ejakulat.

Nun gar kein Ejakulat und keinerlei Hodenschmerzen.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Tue, 15 Mar 2022 22:58:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:11-Oxyandrogens

Another feature of the backdoor pathway is production of 11-oxygenated (oxygen atom on C11 position forms a ketone group) 19-carbon steroids, also termed 11-oxyandrogens: 11-ketotestosterone and 11-ketodihydrotestosterone, which are 11-keto forms of testosterone and DHT, respectively. The synthesis of 11-oxyandrogens in this pathway does not require testosterone or DHT as intermediate products. 11-oxyandrogens are potent and clinically relevant

---

agonists of the androgen receptors.[2] Potency of 11-ketotestosterone is similar to that of testosterone.[18] 11-ketotestosterone may serve as the main androgen for healthy women.[19] [https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway#11-Oxyandrogens](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway#11-Oxyandrogens)

eine ganz andere hormongruppe bewirkt ähnliches wie androgene

ev greift 7-Keto-DHEA und 11-Keto-.DHEA, 19-nor-DHEA negativ in den Haarstoffwechsel ein... stimuliert den AR androgen (nicht anabol/antiandrogen)

<https://en.wikipedia.org/wiki/11-Ketodihydrotestosterone>

insofern wirkt CPA doch wieder.. ist der AR geblockt, wirken die C11-Hormone auch nicht am AR,,,,

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Mar 2022 08:44:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das ist auch noch interresant, sie benutzt nur:  
CPA 25mg  
Minoxidil  
E-Patches

Fin hat sie vor der HRT benutzt dann aber abgesetzt

[https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/ecp9/crown\\_regrowth\\_timeline/](https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/ecp9/crown_regrowth_timeline/)  
[https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/jj2ruo/two\\_year\\_hair\\_timeline\\_oct\\_201820192020/](https://www.reddit.com/r/transtimelines/comments/jj2ruo/two_year_hair_timeline_oct_201820192020/)

Generell schönes passing bei Ihr ohne FFS  
[https://www.reddit.com/r/MTFSelfieTrain/comments/mm65d2/let\\_my\\_roommate\\_cut\\_my\\_hair\\_recently\\_turned\\_out/](https://www.reddit.com/r/MTFSelfieTrain/comments/mm65d2/let_my_roommate_cut_my_hair_recently_turned_out/)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Wed, 16 Mar 2022 09:18:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sie ist sehr filigran.

Bei mir wurde es so... Dass ich 20 kg zugenommen habe und leider madronenhaft wurde.. Auf der anderen Seite gefällt mir das auch wieder.

Ich musste meine ganze Kleidung weggeben, weil gar nichts mehr gepasst hat.. Es war alles zu eng.

Mit etwas Testosteron und Muskeln wirkt man ziemlich groß und stark...

Längere. CPA kuren würden die Muskeln atrophieren lassen und man erschafft.. Das ist auf Dauer nichts.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Mar 2022 09:23:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Wed, 16 March 2022 10:18  
Längere. CPA kuren würden die Muskeln atrophieren lassen und man erschafft.. Das ist auf Dauer nichts.

Ich forciere das gerade mit meiner 1200kcal diät ;) Diese virile Muskelmasse will ich nicht.  
Ich habe in den letzten 3 Monaten über 10kg verloren, was auch bitter nötig war.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Wed, 16 Mar 2022 09:55:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich finde leider die Grafik gerade nicht...

Die Muskulatur zwischen Mann und Frau unterscheidet sich...  
Eine schöne feminine silhouette kommt nur mit gesund ausgeprägter weiblicher Muskulatur zustande.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Wed, 16 Mar 2022 12:11:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Seit gestern Abend habe ich je Oberschenkel 0.5 hub e2 gel.. Heute morgen kamen weitere 2 spots dazu... Insgesamt kleben ca 1,5mg E2 an den Oberschenkel.

Ich spüre das E2 wieder.. Keinen peak sondern gleichmäßig wirkt es sehr beruhigend und etwas wie unter alcohol... ;- ) (das ist typisch für E2).  
Brust spannt auch wieder... ;-)

Ich werde das so weiter machen und E2 scrotal sein lassen. Die peaks und downs waren sehr unangenehm.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Mar 2022 14:20:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Klingt gut :thumbup:

diese E2 flashes hatte ich sublingual die ersten Wochen, das ist aber wieder runter, momentan fühle ich mich ziemlich konstatiert was meine Levels angeht.

Heute habe ich tierische gender dysphoria was meine Haare angeht, es kotzt mich einfach nur noch an x(  
Kein bock mehr!

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Wed, 16 Mar 2022 15:11:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Wed, 16 March 2022 15:20 Klingt gut :thumbup:

diese E2 flashes hatte ich sublingual die ersten Wochen, das ist aber wieder runter, momentan fühle ich mich ziemlich konstatiert was meine Levels angeht.

Heute habe ich tierische gender dysphoria was meine Haare angeht, es kotzt mich einfach nur noch an x(  
Kein bock mehr!

Ich kenne das....

Was die haare angeht gibt es nur noch den Status NW0-0.5  
Alles andere ist eine Zumutung.

Die haarstruktur ist noch mein Problem. Das Haar ist nicht schön glatt sondern neigt zu Krause und Filz....

Ich brauche wieder eine haarmaske heute Abend.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Mar 2022 15:15:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du kannst halt an allen Schrauben noch stellen, auch wenn es im Notfall eine HT/Forehead reduction ist.

Ich bin bei meinem Status gefangen, da gibts keinen ausweg.  
Die HTs haben mir das regrowth potential zerhauen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Wed, 16 Mar 2022 16:51:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Wed, 16 March 2022 16:15 Du kannst halt an allen Schrauben noch stellen, auch wenn es im Notfall eine HT/Forehead reduction ist.

Ich bin bei meinem Status gefangen, da gibts keinen ausweg.  
Die HTs haben mir das regrowth potential zerhauen.  
:(

Ich habe gerade neue Kleidungsstücke für den Frühling bekommen...

Es ist zum verzweifeln.

Ich muss 40kg abnehmen, damit das gut aussieht.

Je weniger Fett desto besser wirken die hormone. Das war bei mir 2013 so.. 60 kg und relativ filigran war ich damals noch.

Als ich dann so halbherzig E2 zum vorhandenen T addierte wurde ich fatter und männlicher. Mittlerweile habe ich echt ein Problem mit dem Gewicht. Diesen Winter habe ich weitere 10kg

zugenommen

Das cpa und Cortisol tun sein übriges x(

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Wed, 16 Mar 2022 16:54:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

80

[https://www.google.com/search?q=transgender+become+fat&client=ms-android-huawei-rev1&prmd=inv&sxsrf=APq-WBthQufidU0rkGunp\\_RVUK-dUDQ9LA:1647449592259&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ammp;ved=2ahUKEwi5ie39i8v2AhUkJMUKHSqED7oQ\\_AUoAXoECAIQAQ&biw=360&bih=647&dpr=3#imgrc=jYKibhluG\\_0sfM&imgdii=WfYIdkG0M9Ui4M](https://www.google.com/search?q=transgender+become+fat&client=ms-android-huawei-rev1&prmd=inv&sxsrf=APq-WBthQufidU0rkGunp_RVUK-dUDQ9LA:1647449592259&source=Inms&tbm=isch&sa=X&ammp;ved=2ahUKEwi5ie39i8v2AhUkJMUKHSqED7oQ_AUoAXoECAIQAQ&biw=360&bih=647&dpr=3#imgrc=jYKibhluG_0sfM&imgdii=WfYIdkG0M9Ui4M)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Mar 2022 17:03:28 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kopf hoch :) das mit dem Gewicht wird schon.

Ich habe unter Fin derbe zugenommen, wegen Depressionen und kaputten Neurosteroiden (ich war so durch, musste mich einfach nur ständig hinlegen).

Jetzt mit CPA und E2 bin ich bei 176 bei 65kg will aber noch 3kg tiefer.

Ich kann dir OMAD ans Herz legen

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Wed, 16 Mar 2022 17:11:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das ist ja eine gute Basis.

Ich habe 181 cm / 99 kg  
Teilweise ausgeprägte Muskeln unter dem Fett.

Leider habe ich etwas belly fat

Cpa verwandelt meine Muskeln in Fett.. ;-)) Das ist auch nicht wünschenswert.

Ich muss meine Ernährung umstellen.. Da ich gerne und viel zu mir nehme.

One meal a day teste ich gleich mal ab heute Abend.

Als ich 2013 so schlank war... Habe ich 2 Monate so gut wie nichts gegessen.. Ausser nems zu mir genommen.

Es war sehr effektiv (10 kg/Monat) aber auch sehr ungesund. Wohl habe ich mich damit nicht wirklich gefühlt.

Als ich dann wieder ausgewogen gegessen habe und bei knapp 80 kg war, war es gefühlt perfekt.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Wed, 16 Mar 2022 17:47:53 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Bei allen Problemen..

Cpa 25-50 mg werde ich dennoch weiter nehmen müssen.. Die Haare reagieren scheinbar positiv drauf.

:nod:

Ich muss eben weniger und besser Lebensmittel zu mir nehmen.  
Und Bewegung und Sport machen :roll:

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 16 Mar 2022 18:18:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Wed, 16 March 2022 18:03Kopf hoch :) das mit dem Gewicht wird schon. Ich habe unter Fin derbe zugenommen, wegen Depressionen und kaputten Neurosteroiden (ich war so durch, musste mich einfach nur ständig hinlegen).

Jetzt mit CPA und E2 bin ich bei 176 bei 65kg will aber noch 3kg tiefer.

Ich kann dir OMAD ans Herz legen  
wieso noch tiefer? 65kg ist nix. Das ist gerademal Frauen-Mindestgewicht. Ich wiege genausoviel und sehe aus wie ein Strichmännchen.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 16 Mar 2022 18:20:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Wed, 16 March 2022 18:47  
Bei allen Problemen..

Cpa 25-50 mg werde ich dennoch weiter nehmen müssen.. Die Haare reagieren scheinbar positiv drauf.  
:nod:

Ich muss eben weniger und besser Lebensmittel zu mir nehmen.  
Und Bewegung und Sport machen :roll:  
Das hätte ich dir auch empfohlen. Ich hoffe du hast kein Fastfood in dich reingestopft. Dann mal gutes Gelingen. ;)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Mar 2022 18:37:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Wed, 16 March 2022 19:18daniel91 schrieb am Wed, 16 March 2022 18:03Kopf hoch :) das mit dem Gewicht wird schon.  
Ich habe unter Fin derbe zugenommen, wegen Depressionen und kaputten Neurosteroiden (ich war so durch, musste mich einfach nur ständig hinlegen).

Jetzt mit CPA und E2 bin ich bei 176 bei 65kg will aber noch 3kg tiefer.

Ich kann dir OMAD ans Herz legen  
wieso noch tiefer? 65kg ist nix. Das ist gerademal Frauen-Mindestgewicht. Ich wiege genausoviel und sehe aus wie ein Strichmännchen.  
Ich habe noch ein Männer-Bäuchlein, das soll weg :s

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 16 Mar 2022 22:02:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Wed, 16 March 2022 18:11Das ist ja eine gute Basis.

Ich habe 181 cm / 99 kg  
Teilweise ausgeprägte Muskeln unter dem Fett.

Leider habe ich etwas belly fat

Cpa verwandelt meine Muskeln in Fett.. ;-)) Das ist auch nicht wünschenswert.

Ich muss meine Ernährung umstellen.. Da ich gerne und viel zu mir nehme.

One meal a day teste ich gleich mal ab heute Abend.

Als ich 2013 so schlank war... Habe ich 2 Monate so gut wie nichts gegessen.. Ausser nems zu mir genommen.

Es war sehr effektiv (10 kg/Monat) aber auch sehr ungesund. Wohl habe ich mich damit nicht wirklich gefühlt.

Als ich dann wieder ausgewogen gegessen habe und bei knapp 80 kg war, war es gefühlt perfekt.

OMAD ist am Anfang ziemlich schwer, stopf dich ordentlich voll :)

Meiner Erfahrung nach hilft es

a. Beim abnehmen

b. Um wieder einmal gesundes und bewusstes Essen zu lernen

Mein Stoffwechsel ist sicher ziemlich kaputt:

OMAD

1200kcal Max

Jeden Tag alleine -700kcal durch 13km Gassi

Auf Dauer ist das nicht gut, versuche langsam auf 1800kcal zu erhöhen und Jojo Effekt zu vermeiden.

Aber auch wenn ich damit wieder zu nehme; Meine eating habits haben sich stark verbessert :)

Auf Chips und co. Habe ich keine Lust mehr.

Denke wenn der Stoffwechsel wieder normal ist, geht auch dieses frieren vorbei, das hatte ich in der Phase 2015-2016 auch wo ich finanz bedingt unter 57kg gewogen habe

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [istude](#) on Wed, 16 Mar 2022 23:13:56 GMT

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

---

Gut, zumindest bist du dir selbst bewusst, dass du mit 1200kcal + täglich viel Bewegung deinem Körper nix gutes tust. ;)

Von OMAD halte ich persönlich nicht so viel, zumindest über einen längeren Zeitraum, vor allem wenn man täglich viel Bewegung treibt. Im Endeffekt leerst du mit der Bewegung deine Glykogenspeicher, aber tust dann nicht genug um sie wieder sinnvoll anzufüllen. Damit belastet man mMn die Muskeln mehr als das Fett. Klar, du schreibst du willst auch Muskelmasse loswerden, aber Abnehmen allein bringt nix wenn es dann nur Muskelmasse ist und der Körper

das Fett als absolute Notreserve speichert.

Am nachhaltigsten und gesündesten nimmt man ab wenn man täglich 100-200kcal unter dem Kalorienverbrauch liegt, also ein sehr moderates Kaloriendefizit fährt. Dann ist auch das Verhältnis von Fett- und Muskelabbau am optimalsten.

Ansonsten, klingt simpel aber es funktioniert: Ernährt euch mal eine zeitlang Vegan dann purzeln die Kilos ganz von alleine. a) weil man plötzlich gezwungen ist viel selbst und frisch zu kochen, weils quasi keine veganen Fertiggerichte gibt und b) weil das Verhältnis von Masse : Kalorien ein ganz anderes ist als bei tierischen Produkten und man dadurch irgendwie ein anderes Sättigungsgefühl bekommt.  
Und auf Zucker verzichten ist auch kein Fehler.

Bin damit von 81 auf 75 Kilo runter ohne dass ich irgendwelche Einschränkungen verspürt hab. Und wenn ichs so überschlagsmäßig durchrechne füttere ich auch noch meine 2000-2500kcal/Tag.

Und Bauchfett selbst ist aber eine ganz eigene Sache, wenn man das lange hat (zB schon aus der Jugend) dann ist das fast unmöglich loszuwerden, da braucht es schon verdammt viel Selbstdisziplin. Würde mich als athletisch und durchtrainiert bezeichnen, mache 6x/Woche Sport und esse wirklich gesund, aber dieses Mini-Bäuchlein will nicht vollständig weg. Dafür müsste ich wahrscheinlich auf die 2,3 Bier am Wochenende und die gelegentliche Tafel Schokolade verzichten.

Abnehmen ist ein Marathon, kein Sprint.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Fri, 18 Mar 2022 13:10:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

5 Tage cpa off und meine Haut im Gesicht sieht vitaler und straffer aus.

Ohne geht es nicht und mit auch nicht.

Mein Problem ist bei längerer cpa Kur, dass ich Seiten bekomme wie Angela Merkel. Es hängt alles runter.

Das Bild ist natürlich übertrieben.. Jedoch fördert cpa oder Testosteronmangel die falten seitlich vom Mund.. Links und rechts hängt das Fett zum kinn runter..

In einer gewissen Art und Weise sehe ich wieder sehr maskulin aus, da die Knochenstruktur sichtbar wird... Es macht einfach alt und das kotzt mich an. Haare hin oder her.

<https://thumbs.dreamstime.com/b/old-sad-woman-holding-pills-home-48891123.jpg>

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 18 Mar 2022 13:18:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hmmm 3 Monate CPA on + tretinoin und meine Gesichtshaut war nie weicher und sah nie besser aus.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Fri, 18 Mar 2022 13:53:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Fri, 18 March 2022 14:18Hmmm 3 Monate CPA on + tretinoin und meine Gesichtshaut war nie weicher und sah nie besser aus.

Das war bei mir auch so.. Anfangs

2018 kam cpa wieder dazu... Ich sah Ende 2018 relativ gesund aus.

2020 fingen die Probleme an

On / off ist mittelfristig. Die Lösung

Langfristig werde ich davon weg kommen müssen

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 18 Mar 2022 14:00:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hmmm ich denke, langfristig werden wir zu Injections swichen müssen, diese AAs sollten ja auch nicht auf dauer sein, gesund ist das nich!

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Fri, 18 Mar 2022 14:24:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Fri, 18 March 2022 15:00Hmmm ich denke, langfristig werden wir zu Injections swichen müssen, diese AAs sollten ja auch nicht auf dauer sein, gesund ist das nich!

Genau.

Heute habe ich wieder Brust Spann und erregbare nippel.

---

Das liegt am steigenden und wirksameren Testosteron.

Am Montag fange ich wieder erneut mit meinem zyklus an.. 2 wo tgl 25mg cpa und 1 off.. Usw

Für mich ist ein optimales Gesicht in etwa so.

<https://img.welt.de/img/bildergalerien/mobile106390933/7912509817-ci102l-w1024/dpa-exklusiv-Marina-and-the-Diamonds.jpg>

Man erkennt natürlich auch schon bei Marina, (Bild), dass um den Mund falten kommen....

Etwas Testosteron glättet meine falten.. Zulange zuviel T und ich werde wieder rötlich im Gesicht (viril).

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Fri, 18 Mar 2022 14:36:03 GMT

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

das bild entstand aus einer meiner guten phasen..Am anfang der 2. HRT (nach 5 Jahre Pause) Anfang 2018 (ca 6 Monate lang ca 2x 1 Hub E2-Gel und 100mg P4 abends + 1,25 mg fin, nems .. sonst nix..auch noch kein CPA)

das Gesicht war momentan recht prall und die Haut klar und hell (mir gefällt eine gewisse blässe sehr gut..minimal gelblich (rötlich wäre ekelhaft))

[https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/416648/#msg\\_416648](https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/416648/#msg_416648)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Fri, 18 Mar 2022 14:39:10 GMT

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

und da fingen die problem schon an  
das Gesicht wurde fetter und die haut schwabbeliger

[https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/423302/#msg\\_423302](https://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/26291/423302/#msg_423302)

post 3 monate (ca) CPA 12,5mg

darum.. E2 injections oder wirksam E2-Gel unter Folie (zumindest soll der E2-Spiegel konstant bleiben im Blut)  
oder CPA-Kuren 2 Wo on und 1 Wo off.. trotzdem muss E2 stimmen..sonst bringt das nichts.  
Ich möchte auch nicht mein Leben lang CPA nehmen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 18 Mar 2022 14:47:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hat sich denn was an deinem Gewicht geändert in der Zeit, also ich habe auf r/transtimelines viele Mädels mit der selben Medikation wie ich: 12.5mg und Estrofem, die haben damit auch kein Problem.  
Evtl FIN/DUT ? Ich hatte auf Fin ein aufgedunsenes Gesicht.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Fri, 18 Mar 2022 14:52:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Fri, 18 March 2022 15:47Hat sich denn was an deinem Gewicht geändert in der Zeit, also ich habe auf r/transtimelines viele Mädels mit der selben Medikation wie ich: 12.5mg und Estrofem, die haben damit auch kein Problem.  
Evtl FIN/DUT ? Ich haate auf Fin ein aufgedunsenes Gesicht.  
ich bin seit 2018 um 20 kg schwerer geworden :?

mehr Fett = strafferes Gesicht .. aber bei wenig Spankraft hängt alles

würde ich jetzt radikal abnehmen, hätte ich wieder zuviel Haut die erst recht hängt x(

man, ist das ein Mist.. endlich ist die Mist-AGA weg, dafür kommen andere Probleme :pistol:

das ist der alt Effekt

[https://www.nivea.at/-/media/local/at/advice/schoene-haut/volumenverlust-vermeiden/03\\_volumenverlust-dreieck-der-schoenheit-hautalterung.jpg?mw=626](https://www.nivea.at/-/media/local/at/advice/schoene-haut/volumenverlust-vermeiden/03_volumenverlust-dreieck-der-schoenheit-hautalterung.jpg?mw=626)

jung

[https://www.nivea.at/-/media/local/at/advice/schoene-haut/volumenverlust-vermeiden/02\\_volumenverlust-dreieck-der-schoenheit-junge-haut.jpg?mw=626](https://www.nivea.at/-/media/local/at/advice/schoene-haut/volumenverlust-vermeiden/02_volumenverlust-dreieck-der-schoenheit-junge-haut.jpg?mw=626)

das hängt mit Sicherheit mit Testosteron zusammen .. lange ein Mangel macht alt :?

Frauen bauen ja auch ab 40 stark ab, sofern sie die Pille nehmen oder genommen haben .. langfristig liegt der Schlüssel wieder bei einem guten Verh. E2:T:P4 .. fehlt was an T, wird die Haut schlaff (langfristig gesehen.. kurzfristig wird sie klarer.. aber irgendwann ist es zuviel des guten und verliert an Spannkraft)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 18 Mar 2022 14:53:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Du hättest mich unter FIN sehen müssen, die Augen waren knallrot, das ganze Gesicht geschwollen, es war wirklich schlimm.

Alternativ Spiro, das senkt dass T nicht so sehr wie CPA aber macht andere Probleme.

Ist alles nichts, Orchi oder Injections, dann kannst du dir den ganzen qutasch mit T exogen und FIN/Dut IdR auch sparen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Fri, 18 Mar 2022 15:00:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Fri, 18 March 2022 15:47Hat sich denn was an deinem Gewicht geändert in der Zeit, also ich habe auf r/transtimelines viele Mädels mit der selben Medikation wie ich: 12.5mg und Estrofem, die haben damit auch kein Problem. Evtl FIN/DUT ? Ich hatte auf Fin ein aufgedunsenes Gesicht.

P4 darf man auch nicht vergessen...

Das aufgedunsene hatte ich nie, sobald längerfristig P4 im Programm war. Es wntwässert sehr effektiv.

meine Oma nimmt auch 100mg P4 tgl und hat seither keine Ödeme mehr .. früher hatte sie irgend ein Diuretikum..und trotzdem immer mehr Ödeme..bis zum Lungenödem (das war Lebensgefährlich).. ich empfahl ihr P4 .. -> seit ich ihr einen Gyn., der auf Hormone spezialisiert war bei Frauen im Wechsel oder Post-Menopausal (speziell E2-Gel und P4-Kapseln inkl weitere Bioidentische Hormone bei Frauen im Wechsel..inkl Jod f. T3 usw) empfohlen habe,.. sieht sie viel vitaler aus und fühlt sich besser.. fitter für ihr alter.

Ödeme und Diabetes sind seither verschwunden.

Man muss das ganzheitlich betrachten...

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Fri, 18 Mar 2022 15:03:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Fri, 18 March 2022 15:53 Du hättest mich unter FIN sehen müssen, die Augen waren knallrot, das ganze Gesicht geschwollen, es war wirklich schlimm.

Alternativ Spiro, das senkt dass T nicht so sehr wie CPA aber macht andere Probleme.

Ist alles nichts, Orchi oder Injections, dann kannst du dir den ganzen guttasch mit T exogen und FIN/Dut IdR auch sparen.

das war vllt zuviel fTesto?

das war bei mir 2011 auch so, als ich parallel eine Tonsur bekam, Tricho ohne ende und fettige haut hatte... ich sah aus wie wenn ich verhauen wurde...

generell habe ich keine Ahnung, wie ein Mann eingestellt werden sollte (hormonell), dass man auch Haare behält...

es ist nichts für mich..darum habe ich mich für die weibl. Chemie entschieden.. es ist leichter zu handeln ;)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Fri, 18 Mar 2022 15:05:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Fri, 18 March 2022 15:53 Du hättest mich unter FIN sehen müssen, die Augen waren knallrot, das ganze Gesicht geschwollen, es war wirklich schlimm.

Alternativ Spiro, das senkt dass T nicht so sehr wie CPA aber macht andere Probleme.

Ist alles nichts, Orchi oder Injections, dann kannst du dir den ganzen guttasch mit T exogen und FIN/Dut IdR auch sparen.

Dank Spiro (als Diuretikum vom Arzt)

brauchte meine Oma Dialysen..sie nahm 6 Jahre lang 100mg Spiro tgl :x x( ihr Haar war NW1 und füllig...nützt aber nix x(

erst jetzt 1 Jahr nach HRT Start und absetzen von Spiro (unter ärztl. Aufsicht), regulieren sich die Nieren wieder etwas und die Dialysen werden weniger

Orchi -> nee :lol:

Injections -> sofern ich weiß, woher - Ja

Ev. taugen die Folien was (tgl gesamt ca 1-2 mg E2 unter Folie) da bin ich gerade am testen..habe aber ein gutes Gefühl fürs erste. Am Mi wird Blut abgenommen und E2 usw bestimmt.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 18 Mar 2022 15:25:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sorry gerade schon wieder auf dem Sprung E injections:

<https://hrt.cafe/injections/>

Auf der 2 Seite findest du auch eu aibolit, otokono oder wie die Heißen ist wohl auch reliable.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sat, 19 Mar 2022 08:39:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Sat, 19 Mar 2022 09:36:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Torsti schrieb am Sat, 19 March 2022 09:39 daniel91 schrieb am Tue, 15 March 2022 14:55 Ansonsten finde ich dass mein niedrig-dosiertes CPA (was T ja trotzdem [das muss ich erst noch nachweisen] auf nicht messbare Werte setzt) sehr gut anschlägt.

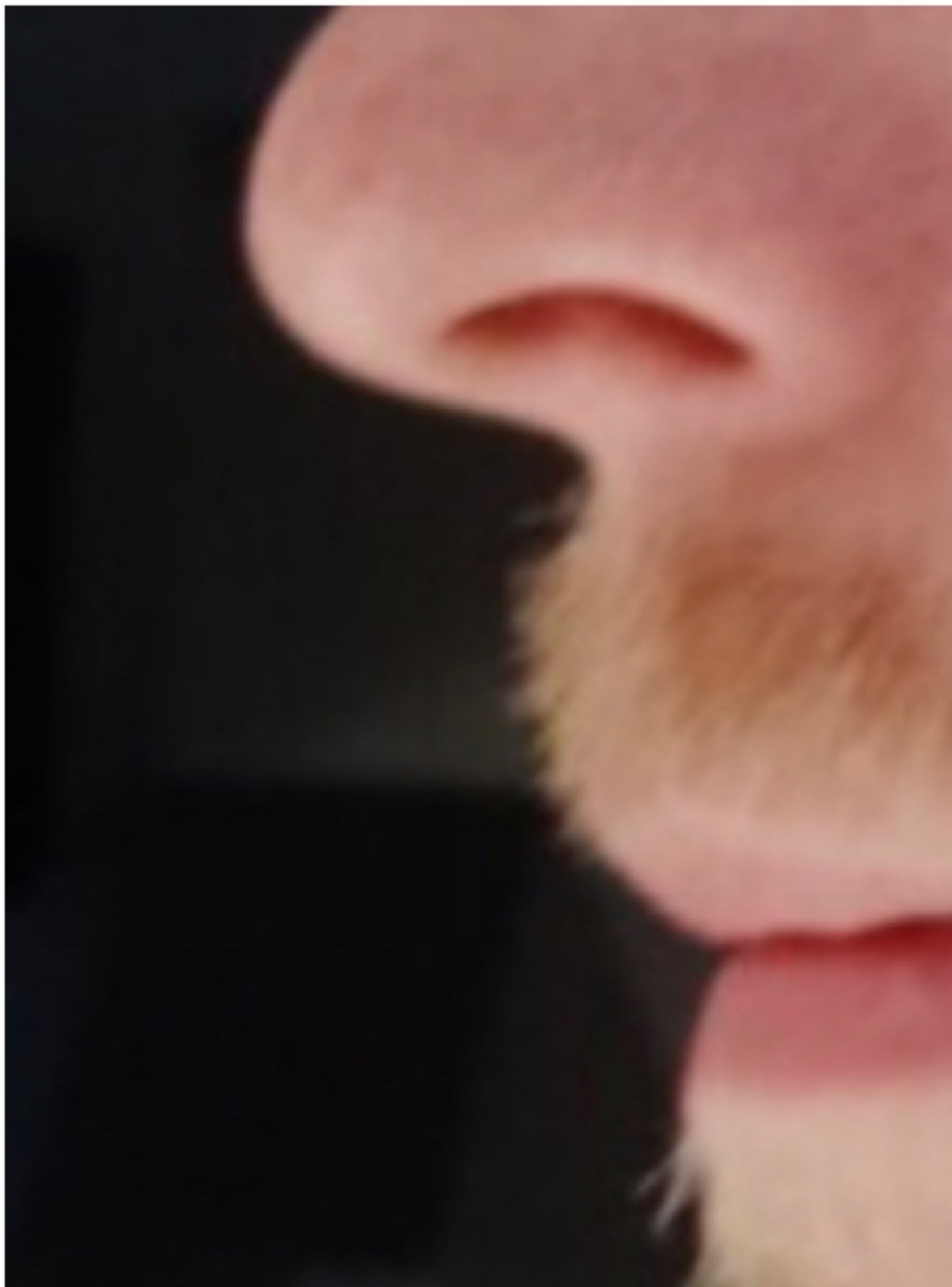
Das sehe ich z.B am Bartwuchs

Du hast weiße Barthaare genau an den selben Stellen wie ich und Mike. Das ist echt interessant. Muss wohl am CPA liegen. Kupfermangel glaub ich nicht. Achso nee, das Foto war weit vor HRT :)

Hier sieht man den Unterschied noch ein wenig besser

### File Attachments

1) [17D302E6-8D18-4659-816A-2A658ACAD71D.jpeg](#), downloaded 1421 times



Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 21 Mar 2022 11:21:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Über 1 Woche cpa off... ;-)

Es hat nicht geschadet. Optisch ist die Anämie etwas verschwunden.. Ohnehin nehme ich jeden Tag nems.

Wenn cpa länger weg ist oder wenn T etwas ansteigt wird das gesicht runder.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 21 Mar 2022 12:38:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Mon, 21 March 2022 12:21Über 1 Woche cpa off... ;-)

Es hat nicht geschadet. Optisch ist die Anämie etwas verschwunden.. Ohnehin nehme ich jeden Tag nems.

Wenn cpa länger weg ist oder wenn T etwas ansteigt wird das gesicht runder.

Ist doch schön wenn man Erfolge sieht? =)

Ich habe heute in der Mittagspause ein Mädels mit Hund getroffen, unsere Hunde haben gespielt und ich konnte mit ihr ne Stunde lang quatschen ohne total vom Gespräch überfordert zu sein,

unter FIN war das nicht möglich.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 21 Mar 2022 13:01:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Vom Gespräch überfordert? :lol:

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 21 Mar 2022 13:15:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Mon, 21 March 2022 14:01Vom Gespräch überfordert? :lol:

---

Völlig, da war ja mental gar nix mehr möglich

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 21 Mar 2022 13:19:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Mon, 21 March 2022 14:15mike. schrieb am Mon, 21 March 2022 14:01Vom Gespräch überfordert? :lol:  
Völlig, da war ja mental gar nix mehr möglich  
Das wird ja jetzt, dank E2, umso leichter und entspannter sein ;)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Mon, 21 Mar 2022 17:24:23 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Mon, 21 March 2022 14:19daniel91 schrieb am Mon, 21 March 2022 14:15mike. schrieb am Mon, 21 March 2022 14:01Vom Gespräch überfordert? :lol:  
Völlig, da war ja mental gar nix mehr möglich  
Das wird ja jetzt, dank E2, umso leichter und entspannter sein ;)  
Bei mir gehen die Gespräche auch viel leichter als unter Testo

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Tue, 22 Mar 2022 16:47:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich hatte am 1.3. und 14.3. shedding an der Front, ca 20 Haare  
ansonsten ist mir nichts besonderes aufgefallen. Ich verwende Minoxidil 50 (für Männer)  
morgens seit Anfang Februar

optisch hat sich an der hairline nichts verändert, seit langem :(

Durch das Minox sehen meine Haare feucht aus und ich wurde schonmal darauf angesprochen  
:uhoh:

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 24 Mar 2022 15:21:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Wie schaut es bei dir mit Microneedling aus ?

Gibt es eigentlich eine Timeline zur Muskelatrophie?

Mit meinen Elefantenstampfern kann ich bald im Zirkus auftreten :x

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Thu, 24 Mar 2022 16:00:01 GMT

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

---

Mikroneedling hab ich noch nicht vor. Ich reguliere erstmal meine Hormone bis ich die 12 Monate voll habe und sehe dann weiter.

Bei Muskelatropie musst du noch etwas Geduld haben Daniel. Je älter man wird umso langsamer baut sich alles um. Ich merke zB den Unterschied zwischen jetzt und meiner ersten HRT. Ich habe immernoch starke Muskeln aber mich stört es nicht.

<https://qph.fs.quoracdn.net/main-qimg-de89b9ff19ef75caf12efaaf237ce7dd>

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Fri, 01 Apr 2022 10:43:42 GMT

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

---

@mike

Ich habe wieder mit FIN angefangen, es ist seltsam, keine Probleme mit Brainfog oder Memoryloss.

Ich nehme auch seit einem halben Monat kein P4 mehr (Bestellung ist noch unterwegs).

Meine Theorie: Durch das niedrige T kann sich mehr von meinem (körpereigenen) P4 an die restlich aktiven 5ar Binden, da P4 nicht mehr so stark mit T konkurrieren muss. Ist das möglich?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Fri, 01 Apr 2022 11:44:33 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Fri, 01 April 2022 12:43@mike

Ich habe wieder mit FIN angefangen, es ist seltsam, keine Probleme mit Brainfog oder Memoryloss.

Ich nehme auch seit einem halben Monat kein P4 mehr (Bestellung ist noch unterwegs).

Meine Theorie: Durch das niedrige T kann sich mehr von meinem (körpereigenen) P4 an die restlich aktiven 5ar Binden, da P4 nicht mehr so stark mit T konkurrieren muss. Ist das möglich?

Ja

Aus weiteren unbekanntem Gründen wirkt hohes P4 und hohes T zusammen bei manchen eigenartig oder fast aggressiv oder nervös machend.

Hohes T und hohes E2 ist unaushaltbar  
Hohes T und hohes P4  
Hohes T und hohes C  
Das ist alles sehr unangenehm.

Hohes E2 und niedriges ca 600 pg/ml T lässt P4 und C gut vertragen

Männer mit etwas Adipositas wiederum vertragen P5 oder P4 eher besser.. Die nehmen ab und werden definierter.

Ich kenne jmd persönlich.. Der wird immer definierter und ausgeprägter inkl er hat sehr viel Ausdauer und Biss bekommen.. Zu einer normalen Nw1.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Fri, 01 Apr 2022 12:07:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Was für ein Glück, danke <3

Das war ein langer Weg bis hierher, aber es hat sich gelohnt =)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sat, 02 Apr 2022 08:40:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi!

Ich habe mein Regimen über die letzte Woche geändert. Finasterid ist neu dazu gekommen und E2 kommt unter Frischhaltefolie. Mal beobachten was passiert. Die Haare müssen unbedingt dicker werden und die Front ansehnlicher.

.....	Tag1.....	Tag2
Minox.....	1-0-0.....	1-0-0
Fin.....	0-1-0.....	0-0-0
CPA.....	1-0-0.....	0-0-0
P4.....	0-0-1.....	0-0-1
E2.....	1-1-1.....	1-1-1

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Sat, 02 Apr 2022 08:55:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Sat, 02 April 2022 10:40Hi!

Ich habe mein Regimen über die letzte Woche geändert. Finasterid ist neu dazu gekommen und E2 kommt unter Frischhaltefolie. Mal beobachten was passiert. Die Haare müssen unbedingt dicker werden und die Front ansehnlicher.

.....Tag1..... Tag2  
Minox.....1-0-0.....1-0-0  
Fin.....0-1-0..... 0-0-0  
CPA..... 1-0-0.....0-0-0  
P4..... 0-0-1.....0-0-1  
E2..... 1-1-1.....1-1-1  
Klingt total stimmig =)  
Viel Erfolg!

Ich fahre momentan

.....Tag1..... Tag2  
Minox.....1-0-1.....1-0-1  
Fin.....0-1-0..... 0-1-0  
CPA..... 0-1-0.....0-1-0  
E2 1mg\*5 split

Nach einem Jahr möchte ich

.....Tag1..... Tag2  
Minox.....0-0-1.....0-0-1  
Fin.....0-1-0..... 0-0-0  
CPA..... 0-1-0.....0-0-0  
E2 OPTIMUM

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Sat, 02 Apr 2022 19:45:15 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hat jemand von euch eigentlich mal ein DHT test vor und nach Fin gemacht vorallem on CPA. Mir erschließt sich ehrlich gesagt nicht wie Fin bei nicht messbaren T noch was helfen soll?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sat, 02 Apr 2022 20:17:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Sat, 02 April 2022 21:45Hat jemand von euch eigentlich mal ein DHT test vor und nach Fin gemacht vorallem on CPA. Mir erschließt sich ehrlich gesagt nicht wie Fin bei nicht messbaren T noch was helfen soll?

Fin soll die 5alpha-Reduktase hemmen und CPA zusätzlich den Rezeptor blockieren. War denn dein Testo wirklich nicht feststellbar weil das wär nicht so optimal? SHBG kann immernoch Hormone abgeben. Du musst das DHT ordentlich runterdrücken, am besten unter 300 und niedriger als E2.

Was hat dich denn eigentlich dazu bewegt wieder Fin zu nehmen wenn du keinen Sinn darin siehst?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Sun, 03 Apr 2022 05:33:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Eigentlich nur FOMO und Neugierde.

Aber ganz ehrlich, so teuer ist fin ja nicht, vorallem bei 5mg/4 every other day =)  
FIN ist für mich wie smarties, ich habe damit keine Probleme mehr.  
Aber wegen den alten Zeiten mit FIN, nehme ich jede Pille immernoch mit respekt ein.

Wenn ich mir so die Tages-testo kurve anschau, ging es mir vor HRT auf FIN genau ab da an schlecht, als das T gedroppt ist. So ab 11 Uhr, interresannt.

Whatever @Torsti ich wünsche dir viel Erfolg auf deinem neuen Regiment! :nod:

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sun, 03 Apr 2022 09:42:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Sun, 03 April 2022 07:33  
Eigentlich nur FOMO und Neugierde.

Aber ganz ehrlich, so teuer ist fin ja nicht, vorallem bei 5mg/4 every other day =)  
Ich bezahle für Finarista 1mg 35€ die Monatspackung. Auf Privatrezept weil Livestilemedikament

daniel91 schrieb am Sun, 03 April 2022 07:33  
FIN ist für mich wie smarties, ich habe damit keine Probleme mehr.  
Aber wegen den alten Zeiten mit FIN, nehme ich jede Pille immernoch mit respekt ein.  
Glaub ich dir

---

daniel91 schrieb am Sun, 03 April 2022 07:33 Wenn ich mir so die Tages-testo kurve anschau, ging es mir vor HRT auf FIN genau ab da an schlecht, als das T gedroppt ist. So ab 11 Uhr, interessant.  
weil Testomangel depressiv macht, ganz einfach

daniel91 schrieb am Sun, 03 April 2022 07:33 @Torsti ich wünsche dir viel Erfolg auf deinem neuen Regiment! :nod:  
boah danke, ich wünsche dir auch viel Erfolg ;)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Sun, 03 Apr 2022 11:41:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Gerne, ich möchte dir noch einen Tipp geben, weil ich wirklich dran glaube:  
Deine Haare in den vordersten Front sind in der Dormant Phase, also sicherlich noch alle da, aber die da raus zu holen, ist zeitaufwendig und schwer.  
Ich würde mir an deiner Stelle, von Minoxidilmax, dass 15 prozentige Minox mit Tretinoin kaufen, kostet zwar etwa 100€ für ein halbes Jahr, aber ich denke, dass du damit ordentlich boostern kannst.

Hattest du denn bei Fin onset Kopfschmerzen, ich habe die Gefühl seit Fin, aber wird wahrscheinlich eher daran liegen, dass ich seit Tagen nur noch einmal und viel zu wenig esse.

LG =)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sun, 03 Apr 2022 11:44:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nein, ich hatte keine Kopfschmerzen nach Fin.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 05 Apr 2022 08:13:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hab hohes DHT wenn ich P4 ohne Fin einnehme, direkt ölige Haut nach 3 Tagen.... habs doch gewusst... DHT mutant...  
Kein Prog mehr für mich!  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway) x(

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 05 Apr 2022 10:49:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 10:13 Hab hohes DHT wenn ich P4 ohne Fin einnehme, direkt ölige Haut nach 3 Tagen.... habs doch gewusst... DHT mutant...  
Kein Prog mehr für mich!  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway) x(  
Dito

Ich nehme trotzdem p4

Dexamethason, Cortisol... Beruhigen die NNR

Ob ich richtig liege sehe ich morgen (meine Werte inkl dht kommen)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 05 Apr 2022 12:07:54 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Tue, 05 April 2022 12:49 daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 10:13 Hab hohes DHT wenn ich P4 ohne Fin einnehme, direkt ölige Haut nach 3 Tagen.... habs doch gewusst... DHT mutant...  
Kein Prog mehr für mich!  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway) x(  
Dito

Ich nehme trotzdem p4

Dexamethason, Cortisol... Beruhigen die NNR

Ob ich richtig liege sehe ich morgen (meine Werte inkl dht kommen)  
Oh bin super gespannt, bitte teile die Werte dann mit uns =)

Meine Empfehlung mit OMAD-Diät nehme ich zurück, dass ist ein super Sprungbrett in die Esstörungen!

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Sat, 09 Apr 2022 20:59:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

statt OMAD esse ich nur noch minimale speisen

1 apfel, 1 brotscheibe .. ganz wenig  
nur wasser.. auf einen hunger hilft auch ungesüsster tee oder wasser

nach ein paar wochen müsste ich 15kg runter sein

dann wirken auch die Hormone besser..fin, dut effektiver.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Sat, 09 Apr 2022 21:02:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 14:07mike. schrieb am Tue, 05 April 2022 12:49daniel91  
schrieb am Tue, 05 April 2022 10:13Hab hohes DHT wenn ich P4 ohne Fin einnehme, direkt  
ölige Haut nach 3 Tagen.... habs doch gewusst... DHT mutant...

Kein Prog mehr für mich!

[https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway) x(  
Dito

Ich nehme trotzdem p4

Dexamethason, Cortisol... Beruhigen die NNR

Ob ich richtig liege sehe ich morgen (meine Werte inkl dht kommen)  
Oh bin super gespannt, bitte teile die Werte dann mit uns =)

Meine Empfehlung mit OMAD-Diät nehme ich zurück, dass ist ein super Sprungbrett in die  
Esstörungen!  
DHT 240 pg/ml

es scheint zu wirken (exogen 10mg HC)

trotz 50mg P5 daily

- ist nun abgesetzt und ab montag kommt 2x pW 100mg P4

E2 Gel unter folie scheint sehr effektiv zu sein (294 pg/ml nach 8h unter folie ca 0,5 mg E2)

fin, dut, nems ist eh standard

CPA wird kurweise genommen ... momentan wieder ON 25mg

minox oral und topisch inkl tretinoin

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Sat, 09 Apr 2022 21:20:50 GMT

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

---

mike. schrieb am Sat, 09 April 2022 23:02daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 14:07mike.  
schrieb am Tue, 05 April 2022 12:49daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 10:13Hab hohes  
DHT wenn ich P4 ohne Fin einnehme, direkt ölige Haut nach 3 Tagen.... habs doch gewusst...  
DHT mutant...

Kein Prog mehr für mich!

[https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway) x(  
Dito

Ich nehme trotzdem p4

Dexamethason, Cortisol... Beruhigen die NNR

Ob ich richtig liege sehe ich morgen (meine Werte inkl dht kommen)

Oh bin super gespannt, bitte teile die Werte dann mit uns =)

Meine Empfehlung mit OMAD-Diät nehme ich zurück, dass ist ein super Sprungbrett in die  
Esstörungen!

DHT 240 pg/ml

es scheint zu wirken (exogen 10mg HC)

trotz 50mg P5 daily

- ist nun abgesetzt und ab montag kommt 2x pW 100mg P4

E2 Gel unter folie scheint sehr effektiv zu sein (294 pg/ml nach 8h unter folie ca 0,5 mg E2)

fin, dut, nems ist eh standard

CPA wird kurweise genommen ... momentan wieder ON 25mg

minox oral und topisch inkl tretinoin

Klingt doch super!

Das Minox 15% mit tret habe ich auch bestellt.

Feier gerade meine ersten 4 Monate HRT und seit einer Woche wieder mit Fin ohne NW.

Haarwachstum sehe ich immernoch kein neues. Mir fehlt da momentan jegliche Perspektive, das macht stark depressiv.

Und nochmal 9.000€ für 2500 Grafts ausgeben, mit ungewissem Ausgang?  
Ach keine Ahnung.

### File Attachments

---

1) [B912E1D1-C3A1-49AC-9F18-B0EF4BDCBC19.jpg](#), downloaded 385 times



Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sun, 10 Apr 2022 08:59:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

kleines Update

ich mache 3 Wochen CPA-off und P4 mit einem Tag Pause dazwischen. Nächsten Montag lasse ich meine Schilddrüse wieder sonographieren. Jod nehme ich wieder öfters. Nächste Sexualhormonwerte wahrscheinlich erst im Juni. Cortisol und Prolaktin vielleicht demnächst wenns klappt. Den PRL-Wert hatte ich schon ewig nicht mehr.

Einen schönen Sonntag noch :)  
euer Torsti

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [REMOLAN](#) on Sun, 10 Apr 2022 13:41:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Sat, 09 April 2022 22:59

statt OMAD esse ich nur noch minimale speisen

1 apfel, 1 brotscheibe .. ganz wenig  
nur wasser.. auf einen hunger hilft auch ungesüsster tee oder wasser

nach ein paar wochen müsste ich 15kg runter sein

dann wirken auch die Hormone besser..fin, dut effektiver.

Wie viele Kcal pro Tag circa?

Bekommst du genug Protein/Essentielle Aminosäuren und Fettsäuren? mMn sind kleinere Portionen bzw weniger Kaloriendichte eh besser, als mit Omad dann einmal (wahrscheinlich) zu viel auf einmal zu essen, aber wenn du zu wenig essentielle Strukturbausteine bekommst, reduziert das sogar die wahrscheinlichkeit auf die "gute Art" abzunehmen.. führt bei radikalerem Abnehmen eher oft zu dem skinny-fat look, als dem Getrimmteren, meiner Erfahrung nach. Es gibt da auch so eine Erklärung, dass ein Mangel an bestimmten Aminosäuren im Kaloriendefizit Wassereinlagerungen provoziert und allgemein strukturelle Schwächung (auch vom Bindegewebe).

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Sun, 10 Apr 2022 15:43:41 GMT

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

---

REMOLAN schrieb am Sun, 10 April 2022 15:41mike. schrieb am Sat, 09 April 2022 22:59

statt OMAD esse ich nur noch minimale speisen

1 apfel, 1 brotscheibe .. ganz wenig

nur wasser.. auf einen hunger hilft auch ungesüsster tee oder wasser

nach ein paar wochen müsste ich 15kg runter sein

dann wirken auch die Hormone besser..fin, dut effektiver.

Wie viele Kcal pro Tag circa?

Bekommst du genug Protein/Essentielle Aminosäuren und Fettsäuren? mMn sind kleinere Portionen bzw weniger Kaloriendichte eh besser, als mit Omad dann einmal (wahrscheinlich) zu viel auf einmal zu essen, aber wenn du zu wenig essentielle Strukturbausteine bekommst, reduziert das sogar die wahrscheinlichkeit auf die "gute Art" abzunehmen.. führt bei radikalerem Abnehmen eher oft zu dem skinny-fat look, als dem Getrimmteren, meiner Erfahrung nach. Es gibt da auch so eine Erklärung, dass ein Mangel an bestimmten Aminosäuren im Kaloriendefizit Wassereinlagerungen provoziert und allgemein strukturelle Schwächung (auch vom Bindegewebe).

True :lol:

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Sun, 10 Apr 2022 21:33:37 GMT

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

---

Skinny fat beim female phenotype sieht wieder erträglich aus.

Trotz sehr maskulinen Gesicht ist der bodytype eher female.

Momentan sieht es so aus als würde der Körper straffer werden und der Bauch zieht sich zusammen. Mental schärft das sehr.. Vitamine und Aminosäuren gibt es über nems.. Selbst wenn nicht muss der Körper lernen mit solchen Stresssituationen umzugehen. Sterben werde ich nicht... ;-)

In ca 6 Wochen werde ich wieder eine vernünftige Ernährung beginnen mit hauptsächlich

Gemüse und Obst.. Wenig Fleisch.

2013 war das tatsächlich so, dass ich zur HRT je schlanker ich wurde, desto jünger war der. Wie ein neuer Körper. Außerdem war das die Zeit, wo ich Richtung nw0 unterwegs war und danach so dämlich war alles abzusetzen und fressorgien neben neo virilisierung hatte.....

Übrigens je weniger Kfa desto besser wirkt E2. Ich kann mit der dosis runter...

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Mon, 11 Apr 2022 07:52:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@mike.  
Hat eigentlich die HC Einnahme irgendwelche Auswirkungen auf deinen Hunger oder Gewichtszunahme?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 11 Apr 2022 09:45:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nein

Wacher bin ich tagsüber.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [REMOLAN](#) on Mon, 11 Apr 2022 10:48:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Sun, 10 April 2022 23:33

Skinny fat beim female phenotype sieht wieder erträglich aus.

Trotz sehr maskulinen Gesicht ist der bodytype eher female.

Momentan sieht es so aus als würde der Körper straffer werden und der Bauch zieht sich

zusammen. Mental schärft das sehr.. Vitamine und Aminosäuren gibt es über nems.. Selbst wenn nicht muss der Körper lernen mit solchen Stresssituationen umzugehen. Sterben werde ich nicht... ;-)

In ca 6 Wochen werde ich wieder eine vernünftige Ernährung beginnen mit hauptsächlich Gemüse und Obst.. Wenig Fleisch.

2013 war das tatsächlich so, dass ich zur HRT je schlanker ich wurde, desto jünger war der. Wie ein neuer Körper. Außerdem war das die Zeit, wo ich Richtung nw0 unterwegs war und danach so dämlich war alles abzusetzen und fressorgien neben neo virilisierung hatte.....

Übrigens je weniger Kfa desto besser wirkt E2. Ich kann mit der dosis runter... #

Stimmt auch wieder :d

Und wie du sagst, es ist echt nicht so schlecht wenn der Körper mal mehr mit Autophagie unterwegs ist, aus dem Stress kann Verjüngung und gesteigerte Sinneswahrnehmung folgen. Ich kenn es auch von kurzen Fastenperioden, der Verstand wird scharf gestellt, Energie mobilisiert,... kein Dauerzustand aber eine gute "Übung" denk ich.

Und werden die Rezeptoren bei geringerem Kfa upreguliert um E2 besser zu verwerten, oder wie?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [istude](#) on Mon, 11 Apr 2022 11:35:49 GMT

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

---

Also ich halte - gerade fürs Abnehmen - verdammt wenig von dieser Vorgehensweise.

Der Hungerstoffwechsel ist (v.a. wenn du das über einen Zeitraum von 6 Wochen machst) quasi vorprogrammiert, was per se schon einmal die Effizienz des Abnehmens massiv reduziert.

Daneben ist der Jojo-Effekt nur eine Frage der Zeit, einerseits weil der Körper wenn er nach 6 Wochen endlich wieder genug Nahrung bekommt sich ja immernoch im Hungerstoffwechsel befindet und wie blöd Energiereserven (ergo: Fettdepots) anlegen wird. Andererseits, weil du dir damit ja kein gesundes Hungergefühl trainierst und eigentlich keine sinnvolle Änderung deiner momentanen Ernährungsgewohnheiten stattgefunden hat.

Ich verstehe diese Ungeduld beim Abnehmen nicht, langsam aber kontinuierlich ist nicht nur gesünder sonder auf lange Sicht auch deutlich nachhaltiger wenn man ein neues Zielgewicht anstrebt.

Stell deine Ernährung um, achte auf ein tägliches Kaloriendefizit und nimm dir ein halbes Jahr Zeit für 10 Kilo. Aber lass diesen Mist mit dem Fast-Nichts-Essen bleiben. Das bringt nix und in einem Jahr bist du gewichtsmäßig wieder da wo du heute stehst und hast in der Zwischenzeit deinen Körper völlig unnötig strapaziert.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Christian24](#) on Tue, 12 Apr 2022 14:26:35 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Sat, 09 April 2022 23:20mike. schrieb am Sat, 09 April 2022 23:02daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 14:07mike. schrieb am Tue, 05 April 2022 12:49daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 10:13Hab hohes DHT wenn ich P4 ohne Fin einnehme, direkt ölige Haut nach 3 Tagen.... habs doch gewusst... DHT mutant...

Kein Prog mehr für mich!

[https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway) x(

Dito

Ich nehme trotzdem p4

Dexamethason, Cortisol... Beruhigen die NNR

Ob ich richtig liege sehe ich morgen (meine Werte inkl dht kommen)

Oh bin super gespannt, bitte teile die Werte dann mit uns =)

Meine Empfehlung mit OMAD-Diät nehme ich zurück, dass ist ein super Sprungbrett in die Esstörungen!

DHT 240 pg/ml

es scheint zu wirken (exogen 10mg HC)

trotz 50mg P5 daily

- ist nun abgesetzt und ab montag kommt 2x pW 100mg P4

E2 Gel unter folie scheint sehr effektiv zu sein (294 pg/ml nach 8h unter folie ca 0,5 mg E2)

fin, dut, nems ist eh standard

CPA wird kurweise genommen ... momentan wieder ON 25mg

minox oral und topisch inkl tretinoin

Das Minox 15% mit tret habe ich auch bestellt.

Kennst du irgendjemanden der damit Erfolge gefeiert hat? Ich meine im Vergleich zum normalen Minox.

Ich hab das Latanoprost zusätzlich zum Minox versucht. Bringt leider nix.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 12 Apr 2022 15:31:56 GMT

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

---

Christian24 schrieb am Tue, 12 April 2022 16:26  
daniel91 schrieb am Sat, 09 April 2022 23:20  
mike. schrieb am Sat, 09 April 2022 23:02  
daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 14:07  
mike. schrieb am Tue, 05 April 2022 12:49  
daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 10:13  
Hab hohes DHT wenn ich P4 ohne Fin einnehme, direkt ölige Haut nach 3 Tagen.... habs doch gewusst... DHT mutant...  
Kein Prog mehr für mich!  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway) x(  
Dito

Ich nehme trotzdem p4

Dexamethason, Cortisol... Beruhigen die NNR

Ob ich richtig liege sehe ich morgen (meine Werte inkl dht kommen)  
Oh bin super gespannt, bitte teile die Werte dann mit uns =)

Meine Empfehlung mit OMAD-Diät nehme ich zurück, dass ist ein super Sprungbrett in die Esstörungen!  
DHT 240 pg/ml

es scheint zu wirken (exogen 10mg HC)

trotz 50mg P5 daily

- ist nun abgesetzt und ab montag kommt 2x pW 100mg P4

E2 Gel unter folie scheint sehr effektiv zu sein (294 pg/ml nach 8h unter folie ca 0,5 mg E2)

fin, dut, nems ist eh standard

CPA wird kurweise genommen ... momentan wieder ON 25mg

minox oral und topisch inkl tretinoin

Das Minox 15% mit tret habe ich auch bestellt.

Kennst du irgendjemanden der damit Erfolge gefeiert hat? Ich meine im Vergleich zum normalen Minox.

Ich hab das Latanoprost zusätzlich zum Minox versucht. Bringt leider nix.

Ja, stehe mit einer Dame im persönlichen Kontakt, natürlich trans regiment und ist zeitlich eh immer alles durcheinander, aber sie meinte seit dem Umstieg von 5 aufs 15 prozentige, deutlicher

growth boost.

Ich Probier das halt jetzt auch 6 Monate aus, sind am Ende ja auch nur 100€ und minox musste ich eh kaufen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 12 Apr 2022 16:13:50 GMT

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

Kleines update zu FIN:

ich schmeiss es jetzt wieder raus, für mich sind 5ARs nichts... Anfang war alles ok, aber nun mit beginn dieser Woche, ist alles wieder etwas ekelhaft.

Brainfog habe ich zwar nicht mehr so stark, aber wieder dieses nervige Restless Leg Syndrom, und dieses nervöse/durchwühlte Gefühl den ganzen Tag über.

Nope, bisschen das Allopregnanolon runter und meine Neurotransmitter streiken...

Es ist schon interresant, in der Trans community, haben so viele heftige Probleme/NWs mit CPA und jeder kann FIN schlucken, bei mir ist es genau das Gegenteil.

Habe aber auch nicht das Gefühl, dass ich 5AR brauche, ich habe keine androgenen Effekte mehr bemerkt, im Gegenteil.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Christian24](#) on Wed, 13 Apr 2022 10:30:07 GMT

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

daniel91 schrieb am Tue, 12 April 2022 17:31Christian24 schrieb am Tue, 12 April 2022 16:26daniel91 schrieb am Sat, 09 April 2022 23:20mike. schrieb am Sat, 09 April 2022 23:02daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 14:07mike. schrieb am Tue, 05 April 2022 12:49daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 10:13Hab hohes DHT wenn ich P4 ohne Fin einnehme, direkt ölige Haut nach 3 Tagen.... habs doch gewusst... DHT mutant... Kein Prog mehr für mich!  
[https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway) x(  
Dito

Ich nehme trotzdem p4

Dexamethason, Cortisol... Beruhigen die NNR

Ob ich richtig liege sehe ich morgen (meine Werte inkl dht kommen)  
Oh bin super gespannt, bitte teile die Werte dann mit uns =)

Meine Empfehlung mit OMAD-Diät nehme ich zurück, dass ist ein super Sprungbrett in die  
Esstörungen!  
DHT 240 pg/ml

es scheint zu wirken (exogen 10mg HC)

trotz 50mg P5 daily  
- ist nun abgesetzt und ab montag kommt 2x pW 100mg P4  
E2 Gel unter folie scheint sehr effektiv zu sein (294 pg/ml nach 8h unter folie ca 0,5 mg E2)

fin, dut, nems ist eh standard

CPA wird kurweise genommen ... momentan wieder ON 25mg

minox oral und topisch inkl tretinoin

Das Minox 15% mit tret habe ich auch bestellt.

Kennst du irgendjemanden der damit Erfolge gefeiert hat? Ich meine im Vergleich zum normalen  
Minox.

Ich hab das Latanoprost zusätzlich zum Minox versucht. Bringt leider nix.

Ja, stehe mit einer Dame im persönlichen Kontakt, natürlich trans regiment und ist zeitlich eh  
immer alles durcheinander, aber sie meinte seit dem Umstieg von 5 aufs 15 prozentige, deutlicher  
growth boost.

Ich Probier das halt jetzt auch 6 Monate aus, sind am Ende ja auch nur 100€ und minox musste  
ich eh kaufen.

Ok, danke. Werd's auch mal testen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 13 Apr 2022 10:46:51 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Wed, 13 April 2022 12:30daniel91 schrieb am Tue, 12 April 2022  
17:31Christian24 schrieb am Tue, 12 April 2022 16:26daniel91 schrieb am Sat, 09 April 2022  
23:20mike. schrieb am Sat, 09 April 2022 23:02daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022  
14:07mike. schrieb am Tue, 05 April 2022 12:49daniel91 schrieb am Tue, 05 April 2022 10:13Hab  
hohes DHT wenn ich P4 ohne Fin einnehme, direkt ölige Haut nach 3 Tagen.... habs doch  
gewusst... DHT mutant...  
Kein Prog mehr für mich!

[https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen\\_backdoor\\_pathway](https://en.wikipedia.org/wiki/Androgen_backdoor_pathway) x(  
Dito

Ich nehme trotzdem p4

Dexamethason, Cortisol... Beruhigen die NNR

Ob ich richtig liege sehe ich morgen (meine Werte inkl dht kommen)  
Oh bin super gespannt, bitte teile die Werte dann mit uns =)

Meine Empfehlung mit OMAD-Diät nehme ich zurück, dass ist ein super Sprungbrett in die  
Esstörungen!  
DHT 240 pg/ml

es scheint zu wirken (exogen 10mg HC)

trotz 50mg P5 daily

- ist nun abgesetzt und ab montag kommt 2x pW 100mg P4

E2 Gel unter folie scheint sehr effektiv zu sein (294 pg/ml nach 8h unter folie ca 0,5 mg E2)

fin, dut, nems ist eh standard

CPA wird kurweise genommen ... momentan wieder ON 25mg

minox oral und topisch inkl tretinoin

Das Minox 15% mit tret habe ich auch bestellt.

Kennst du irgendjemanden der damit Erfolge gefeiert hat? Ich meine im Vergleich zum normalen  
Minox.

Ich hab das Latanoprost zusätzlich zum Minox versucht. Bringt leider nix.

Ja, stehe mit einer Dame im persönlichen Kontakt, natürlich trans regiment und ist zeitlich eh  
immer alles durcheinander, aber sie meinte seit dem Umstieg von 5 aufs 15 prozentige, deutlicher  
growth boost.

Ich Probier das halt jetzt auch 6 Monate aus, sind am Ende ja auch nur 100€ und minox musste  
ich eh kaufen.

Ok, danke. Werd's auch mal testen.

Kannst ja direkt das DualGen-15 PLUS (Mit FIN) statt das DualGen-15 nehmen, ich habe lieber  
tabletten kontrolle über meine 5arl, du hast ja damit keine Probleme.

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Wed, 13 Apr 2022 15:11:11 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich dachte es geht um das Tret??

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 13 Apr 2022 15:55:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Wed, 13 April 2022 17:11Ich dachte es geht um das Tret??  
Ja darum geht es auch, ist in beiden drinnen.  
Sei nicht immer so ein Arsch.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Wed, 13 Apr 2022 18:41:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Wed, 13 April 2022 17:55Christian24 schrieb am Wed, 13 April 2022  
17:11Ich dachte es geht um das Tret??  
Ja darum geht es auch, ist in beiden drinnen.  
Sei nicht immer so ein Arsch.  
Alter, was is'n mit dir los? Geht's noch? Erstens wusste ich das nicht und wenn ich auf die  
Homepage gehe, lese ich beim Dualgen 15 nichts von Tret. Nur beim Maxogen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 13 Apr 2022 19:10:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Wed, 13 April 2022 20:41daniel91 schrieb am Wed, 13 April 2022  
17:55Christian24 schrieb am Wed, 13 April 2022 17:11Ich dachte es geht um das Tret??  
Ja darum geht es auch, ist in beiden drinnen.  
Sei nicht immer so ein Arsch.  
Alter, was is'n mit dir los? Geht's noch? Erstens wusste ich das nicht und wenn ich auf die  
Homepage gehe, lese ich beim Dualgen 15 nichts von Tret. Nur beim Maxogen.  
Dann musst du richtig schauen.

---

## File Attachments

---

1) [Screenshot from 2022-04-13 21-10-14.png](#), downloaded 1320  
times

---

## MAIN INGREDIENTS

⊕ Minoxidil: 15.0%

Finasteride: 0.1% (1mg of finasteride in 1 mL)

Azelaic acid: 5%

ABN Complex™ : (0.8%)

Retinol: 0.025%

Caffeine: 0.001%

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#). on Wed, 13 Apr 2022 19:23:41 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist das ziemlich dickflüssig?

Früher hatte ich ein xandrox 15% minox... Das war fast ein gel.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 13 Apr 2022 19:43:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Wed, 13 April 2022 21:23Ist das ziemlich dickflüssig?

Früher hatte ich ein xandrox 15% minox... Das war fast ein gel.

Berichte ich dann :nod: , steckt noch in Holland fest

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Thu, 14 Apr 2022 04:25:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Wed, 13 April 2022 21:10Christian24 schrieb am Wed, 13 April 2022 20:41daniel91 schrieb am Wed, 13 April 2022 17:55Christian24 schrieb am Wed, 13 April 2022 17:11Ich dachte es geht um das Tret??  
Ja darum geht es auch, ist in beiden drinnen.  
Sei nicht immer so ein Arsch.  
Alter, was is'n mit dir los? Geht's noch? Erstens wusste ich das nicht und wenn ich auf die Homepage gehe, lese ich beim Dualgen 15 nichts von Tret. Nur beim Maxogen.  
Dann musst du richtig schauen.

Ok, sehe gerade beim anderen Produkt bewerben sie es als Retinoic Acid und haben Tret extra dazu geschrieben. Dann versteh ich den Zusatznutzen von Maxogen wirklich nicht.  
Egal, kein Grund so ausfällig zu werden.

#### File Attachments

---

1) [C1F3B56D-80D4-4C00-99B2-D3005B503690.png](#), downloaded 1246 times

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Tue, 19 Apr 2022 17:52:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

So, wollte grade bestellen und habe diese Grafik gefunden.

Kann mir bitte mal jemand den Unterschied zwischen Retinol und Retinoic Acid erklären? Ich kapiers nämlich nicht.

#### File Attachments

---

1) [601FC403-E084-4C30-BA2B-1F9C6684ED06.png](#), downloaded 1052 times

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 19 Apr 2022 18:19:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Tret ist potenter als retinol

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Tue, 19 Apr 2022 18:19:42 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 25 Apr 2022 12:02:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Wed, 13 April 2022 21:23Ist das ziemlich dickflüssig?

Früher hatte ich ein xandrox 15% minox... Das war fast ein gel.

Kam heute an, ziemlich DÜNNFlüssig ;)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 25 Apr 2022 12:21:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Mon, 25 April 2022 14:02mike. schrieb am Wed, 13 April 2022 21:23Ist das ziemlich dickflüssig?

Früher hatte ich ein xandrox 15% minox... Das war fast ein gel.

Kam heute an, ziemlich DÜNNFlüssig ;)

Bin gespannt was es bewirkt ;)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 25 Apr 2022 12:24:08 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Mon, 25 April 2022 14:21daniel91 schrieb am Mon, 25 April 2022 14:02mike. schrieb am Wed, 13 April 2022 21:23Ist das ziemlich dickflüssig?

Früher hatte ich ein xandrox 15% minox... Das war fast ein gel.

Kam heute an, ziemlich DÜNNflüssig ;)  
Bin gespannt was es bewirkt ;)

Norwood-0-bis-2023 aber bitte flotto :(

Also momentan ist der Stack:

2.5mg orales Minox daily

15% Minox once daily

0.5mg FIN daily

12.5mg CPA EOD

5mg E2 sublingual daily

Das ist mir echt teilweise too much ;) Das ziehe ich jetzt bis nächstesn April durch, dann will ich eigentlich nur noch 5% Minox + CPA +E2

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Tue, 03 May 2022 14:43:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kann's sein das CPA vom Markt genommen wird? Ich finde es praktisch nirgends mehr.  
Pharmaonline hat es nicht mehr, bei Eu Aibolit hab ich bestellt und nichts bekommen. Das wäre sehr bitter.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 03 May 2022 15:18:34 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Lieber Christian, mein Tipp, bzw. meine sichere Bezugsquelle:

Registriere dich bei Doktor online als Frau, mit Vornamen nur den ersten Buchstaben und bestelle es dort,  
am besten schreibst du rein, dass du es schon lange gegen Akne und androgenetische Alopezie nimmst und damit seit Jahren ohne NWs Erfolge hast.

Pilos meinte es hält bis zu 8 Jahre nach EXP, Ich Bunker das Zeug.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Tue, 03 May 2022 15:22:37 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Mon, 25 April 2022 14:24mike. schrieb am Mon, 25 April 2022 14:21daniel91 schrieb am Mon, 25 April 2022 14:02mike. schrieb am Wed, 13 April 2022 21:23Ist das ziemlich dickflüssig?

Früher hatte ich ein xandrox 15% minox... Das war fast ein gel.

Kam heute an, ziemlich DÜNNFLÜSSIG ;)  
Bin gespannt was es bewirkt ;)

Norwood-0-bis-2023 aber bitte flotto :(

Also momentan ist der Stack:

2.5mg orales Minox daily

15% Minox once daily

0.5mg FIN daily

12.5mg CPA EOD

5mg E2 sublingual daily

Das ist mir echt teilweise too much ;) Das ziehe ich jetzt bis nächstesn April durch, dann will ich eigentlich nur noch 5% Minox + CPA +E2

Ich musste E2 reduzieren

Es war 1h nach auftragen unter folie bei 522 pg/ml. 8o

Prolaktin 85 ng/ml 8o 8o

Dheas 3800 ng/ml

Stammt wahrscheinlich aus p5 und cpa bindet 3bhsd und lässt es kummulieren

DHT 240 pg/ml

---

**Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen**

Posted by [daniel91](#) on Tue, 03 May 2022 15:26:06 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 03 May 2022 17:22daniel91 schrieb am Mon, 25 April 2022 14:24mike. schrieb am Mon, 25 April 2022 14:21daniel91 schrieb am Mon, 25 April 2022 14:02mike. schrieb am Wed, 13 April 2022 21:23Ist das ziemlich dickflüssig?

Früher hatte ich ein xandrox 15% minox... Das war fast ein gel.

Kam heute an, ziemlich DÜNNflüssig ;)  
Bin gespannt was es bewirkt ;)

Norwood-0-bis-2023 aber bitte flotto :(

Also momentan ist der Stack:

2.5mg orales Minox daily

15% Minox once daily

0.5mg FIN daily

12.5mg CPA EOD

5mg E2 sublingual daily

Das ist mir echt teilweise too much ;) Das ziehe ich jetzt bis nächstesn April durch, dann will ich eigentlich nur noch 5% Minox + CPA +E2

Ich musste E2 reduzieren

Es war 1h nach auftragen unter folie bei 522 pg/ml. 8o

Prolaktin 85 ng/ml 8o 8o

Na zu hohes E2 ist ja immernoch besser als deutlich zu niedriges E2, da musst du ja jetzt nur noch feintunen :)))

Ich habe Fin rausgeschmissen, egal wie und was ich mit 5arls anstelle, mir geht es Sau dreckig. Jetzt geht es mir wieder gut.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Tue, 03 May 2022 15:27:02 GMT

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

---

Das CPA das ich letzte Woche bekommen habe hat Warnungen a la Zigarettenpackungen und den Vermerk, beeinträchtigt die Verkehrstüchtigkeit

In Frankreich ist es bereits verboten..

Bei uns auch bald

Ohne cpa geht es auch....

Aber dann muss man von p5 die Finger lassen

E2 sollte sehr hoch sein, dann hat das einen guten Antiandrogenen Effekt

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 03 May 2022 15:31:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist das in Form von Diane 35 in Fr nicht schon seit 2013 verboten, glaube in De gibt es ja kaum eine Alternative, glaube da nicht an ein verbot.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Tue, 03 May 2022 16:03:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Tue, 03 May 2022 17:18Lieber Christian, mein Tipp, bzw. meine sichere Bezugsquelle:

Registriere dich bei Doktor online als Frau, mit Vornamen nur den ersten Buchstaben und bestelle es dort,  
am besten schreibst du rein, dass du es schon lange gegen Akne und androgenetische Alopezie nimmst und damit seit Jahren ohne NWs Erfolge hast.

Pilos meinte es hält bis zu 8 Jahre nach EXP, Ich Bunker das Zeug.  
Dank dir. Ich versuche es mal.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Tue, 03 May 2022 16:04:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Christian24 schrieb am Tue, 03 May 2022 18:03daniel91 schrieb am Tue, 03 May 2022 17:18Lieber Christian, mein Tipp, bzw. meine sichere Bezugsquelle:

Registriere dich bei Doktor online als Frau, mit Vornamen nur den ersten Buchstaben und bestelle es dort,  
am besten schreibst du rein, dass du es schon lange gegen Akne und androgenetische Alopezie nimmst und damit seit Jahren ohne NWs Erfolge hast.

Pilos meinte es hält bis zu 8 Jahre nach EXP, Ich Bunker das Zeug.

Dank dir. Ich versuche es mal.

Erste Bestellung per Banküberweisung, sonst wird das meist abgelehnt und dauert dann halt noch länger

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Tue, 03 May 2022 20:33:03 GMT

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

---

@ Christian :) Bestellung von heute

#### File Attachments

1) [826E485E-ECBF-47A9-A9AC-62BA5278204F.png](#), downloaded 120 times

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Tue, 03 May 2022 20:41:29 GMT

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

---

mike. schrieb am Tue, 03 May 2022 17:27

Das cpa das ich letzte Woche bekommen habe hat Warnungen a la Zigarettenspackungen und den vermerk, beeinträchtigt die verkehrstüchtigkeit

In Frankreich ist es bereits verboten..

Bei uns auch bald

Ohne cpa geht es auch....

Aber dann muss man von p5 die Finger lassen

E2 sollte sehr hoch sein, dann hat das einen guten Antiandrogenen Effekt

Versuche E2 zwischen 160 und 400 zu halten. Das sollte funktionieren. ;)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Wed, 04 May 2022 18:15:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Tue, 03 May 2022 22:33@ Christian :) Bestellung von heute  
Und wie holst du es dann ab? Schickst du eine Freundin so ganz ohne Ausweis? Die  
österreichischen Apotheken sind da nicht gerade einfach.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Wed, 04 May 2022 18:47:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich bekomme die Medis von der Doktoronline Partnerapo hier direkt zugeschickt...

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 05 May 2022 19:00:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi!

Ich habe Nachschub an Fin und Minox bekommen.

Minox trage ich ab jetzt morgens und abends auf weil ich noch keine Besserung bemerke

Meine NEMs muss ich auch nochmal überarbeiten. Vitamin D3 habe ich abgesetzt

---

### File Attachments

1) [20220505\\_204333 - Kopie.jpg](#), downloaded 749 times

---

# Minoxicutan® Männer

50 mg/ml - Spray zur Anwendung auf der Haut (Kopfhaut), Lösung

Minoxidil



Zur Behandlung von anlagebedingtem Haarausfall bei Männern

3x60 ml Spray zur Anwendung auf der Haut (Kopfhaut), Lösung

28 FILMTABLETTEN | WIRKSTOFF: FINASTERID

# FINARISTO®

1 mg FILMTABLETTEN

ARISTO

ANWENDUNG NUR BEI MÄNNERN.

Frauen, die schwanger sind oder werden könnten, dürfen nicht mit zerstoßenen oder zerbrochenen Tabletten in Berührung kommen.

Jede Filmtablette enthält 1 mg Finasterid.

Derm

8 922 049

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 05 May 2022 19:03:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Merkst du schon was an regrowth oder einen zusätzlichen AA Effekt durch Fin ? - oh steht ja da!

Ich habe vor kurzem mit einer gesprochen, nw2 vor HRT bei ihr hat es 3 Jahre gedauert zum NW0,5 - dranbleiben :)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Tue, 10 May 2022 20:16:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Das nehme ich seit heute. Die kann ich halbieren, vierteln wie ich es brauche. Ich habe mit 25mg on/off gestartet

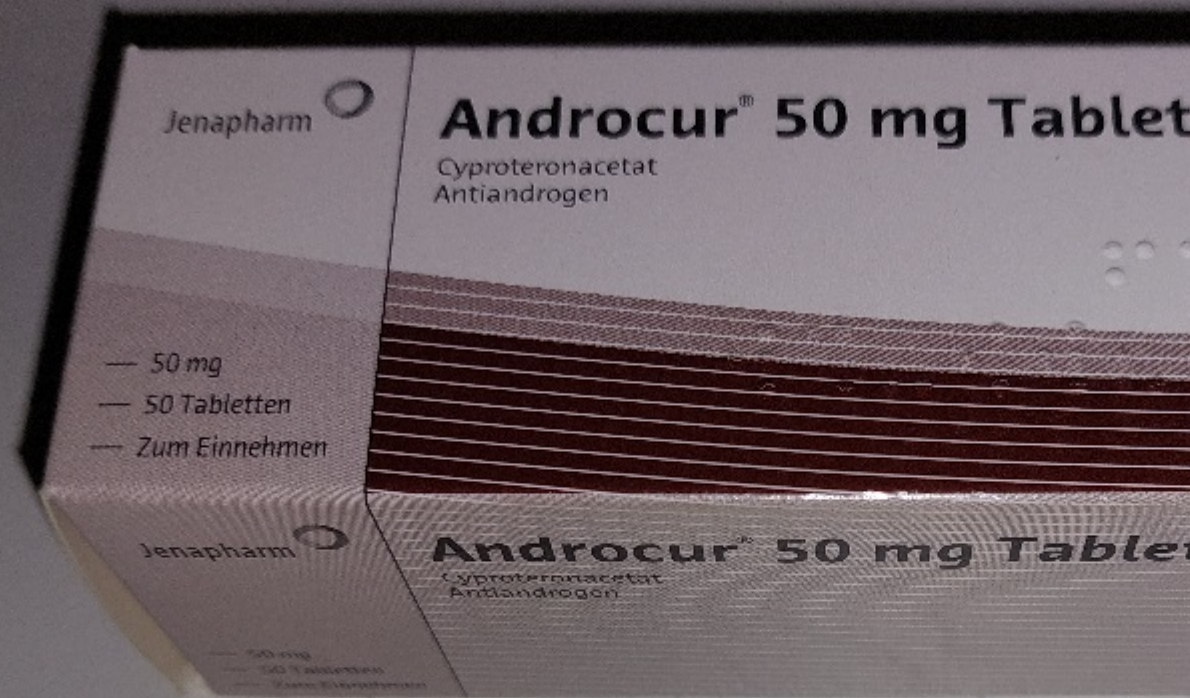
Es ist gegen die Virilisierungserscheinungen und ich hoffe noch auf regrow.

Nächster Labortermin ist am 28.Juni mit Nierenanalyse dann ist das erste HRT-Jahr voll. Wahrscheinlich werden es drei Jahre bis der Topzustand erreicht ist. Die Werte von DHT, Cortisol und Prolaktin brauche ich, dann sehen wir weiter.

---

### File Attachments

1) [20220510\\_213623.jpg](#), downloaded 769 times



Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Shibalnu](#) on Wed, 11 May 2022 22:05:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Wed, 04 May 2022 20:47Ich bekomme die Medis von der Doktoronline Partnerapo hier direkt zugeschickt...

Hatte schon öfters bei Doktoronline bestellt und nie Probleme gehabt.

Jetzt vor kurzem, Anfrage wurde genehmigt aber die Apotheke hat die Bestellung nacher abgelehnt, Gründe dafür können nicht genannt werden :?:

Schonmal gehabt? Eine Idee was da genauer hinter stecken könnte ?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 12 May 2022 05:30:45 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Shibalnu schrieb am Thu, 12 May 2022 00:05daniel91 schrieb am Wed, 04 May 2022 20:47Ich bekomme die Medis von der Doktoronline Partnerapo hier direkt zugeschickt...

Hatte schon öfters bei Doktoronline bestellt und nie Probleme gehabt.

Jetzt vor kurzem, Anfrage wurde genehmigt aber die Apotheke hat die Bestellung nacher abgelehnt, Gründe dafür können nicht genannt werden :?:

Schonmal gehabt? Eine Idee was da genauer hinter stecken könnte ?

Was hast du denn bestellt ?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Thu, 02 Jun 2022 14:53:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Torsti @Mike

6 Monate HRT, eigentlich geht es mir super.

Allerdings habe ich Gewicht verloren, 176cm 59kg, weil ich die Elefantstamper so widerlich fand, nun sehe ich dafür im Gesicht aus wie eine Leiche, was auch nicht so toll ist :S

Ich habe Moodswings ohne Ende, habe vorgestern 2 Stunden im Schoß einer Freundin gelegen und geweint, geht es euch auch manchmal so?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 02 Jun 2022 16:49:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Thu, 02 June 2022 16:53@Torsti @Mike

---

6 Monate HRT, eigentlich geht es mir super.

Allerdings habe ich Gewicht verloren, 176cm 59kg, weil ich die Elefantenstampfer so widerlich fand, nun sehe ich dafür im Gesicht aus wie eine Leiche, was auch nicht so toll ist :S

Ich habe Moodswings ohne Ende, habe vorgestern 2 Stunden im Schoß einer Freundin gelegen und geweint, geht es euch auch manchmal so?

Doch mir geht\*s auch manchmal so. Die Gefühle müssen mal raus dann gehts einem wieder besser. Du bist ganz schön feminin geworden merke ich.

Zum Thema Abnehmen: Wie sieht es bei dir mit Ausdauersport aus? Ist bestimmt besser als Nulldiät, kein Wunder dass du blass um die Nase bist. Wär das eine Idee für dich?, denk mal drüber nach. Andersrum iss nicht mehr als du Hunger hast. Am Anfang der HRT hatte ich auch Heißhungeranfälle. Fettzellen produzieren Östrogene auch ohne HRT welche wiederum Fettzellen produzieren, also pass auf deinen E2-Wert auf und versuche auf Industriezucker zu verzichten. Koffein und Capsaicin sollen auch Fettverbrennend sein.

Als der Lockdown Anfang des Jahres zu Ende war hab ich wieder mit Sport angefangen und seitdem geht es mir wieder besser auch mit Ausdauer und so. Ich hatte auch irgendwie Bewegungsdrang nachdem ich mit CPA runterging. Muskelmasse hab ich noch keine verloren, auch jetzt noch nicht nachdem ich CPA wieder erhöht habe.

LG

dein Torsti

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Thu, 02 Jun 2022 17:31:48 GMT

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

---

daniel91 schrieb am Thu, 02 June 2022 16:53@Torsti @Mike

6 Monate HRT, eigentlich geht es mir super.

Allerdings habe ich Gewicht verloren, 176cm 59kg, weil ich die Elefantenstampfer so widerlich fand, nun sehe ich dafür im Gesicht aus wie eine Leiche, was auch nicht so toll ist :S

Ich habe Moodswings ohne Ende, habe vorgestern 2 Stunden im Schoß einer Freundin gelegen und geweint, geht es euch auch manchmal so?

Interessant.

Das ist irgendwie bei jedem anders.

Mit hohem E2 bin ich psychisch sehr stabil und weine nur, wenn ich "Zeit dazu habe". Bei Freude natürlich jederzeit.. Jedoch vergeht das schnell wieder.

Würde ich Testosteron zum E2 erhöhen würde ich instabil und weinerlich werden.. Ebenso bei E2 Senkung.

Bei mir wirkt die HRT Gewichtserhöhend... Man sagt, ich sei ein ziemlicher brocken geworden

:uhoh:

Ps.

Das blasse in deinem Gesicht wird wahrscheinlich eine Anämie sein.

Eisen, B12 usw würde ich schon anraten.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Blackster](#) on Sun, 05 Jun 2022 15:57:26 GMT

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

---

Hier mal der umgekehrte Weg von Frau zu Mann.

Finde es doch schon krass, die GHEs und Ausdünnung im allgemeinen.

[https://bilder.bild.de/fotos-skaliert/julian-35-aus-zwickau-ist-transsexuell-er-unterzieht-sich-seit-jahren-einer-geschlechtsumwandlung-a7828d5cdcba43498a26d2b4a80e0e8b-80304960/8,w=894,q=low,c=0.bild .jpg](https://bilder.bild.de/fotos-skaliert/julian-35-aus-zwickau-ist-transsexuell-er-unterzieht-sich-seit-jahren-einer-geschlechtsumwandlung-a7828d5cdcba43498a26d2b4a80e0e8b-80304960/8,w=894,q=low,c=0.bild.jpg)

Und der Bartwuchs kann doch nicht nur am Testo liegen ?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Sun, 05 Jun 2022 17:09:47 GMT

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

---

Blackster schrieb am Sun, 05 June 2022 17:57Hier mal der umgekehrte Weg von Frau zu Mann.

Finde es doch schon krass, die GHEs und Ausdünnung im allgemeinen.

[https://bilder.bild.de/fotos-skaliert/julian-35-aus-zwickau-ist-transsexuell-er-unterzieht-sich-seit-jahren-einer-geschlechtsumwandlung-a7828d5cdcba43498a26d2b4a80e0e8b-80304960/8,w=894,q=low,c=0.bild .jpg](https://bilder.bild.de/fotos-skaliert/julian-35-aus-zwickau-ist-transsexuell-er-unterzieht-sich-seit-jahren-einer-geschlechtsumwandlung-a7828d5cdcba43498a26d2b4a80e0e8b-80304960/8,w=894,q=low,c=0.bild.jpg)

Und der Bartwuchs kann doch nicht nur am Testo liegen ?

Am DHT welches aus T kommt.. Auch in den Zellen der HF.

Dann noch ab ca 1 ng/ml T die AR upregulation und zu guter letzt wenig shbg und DHT ping pong....

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sun, 05 Jun 2022 20:17:43 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Sun, 05 June 2022 19:09 Blackster schrieb am Sun, 05 June 2022 17:57 Hier mal der umgekehrte Weg von Frau zu Mann.  
Finde es doch schon krass, die GHEs und Ausdünnung im allgemeinen.

<https://bilder.bild.de/fotos-skaliert/julian-35-aus-zwickau-ist-transsexuell-er-unterzieht-sich-seit-jahren-einer-geschlechtsumwandlung-a7828d5cdcba43498a26d2b4a80e0e8b-80304960/8,w=894,q=low,c=0.bild.jpg>

Und der Bartwuchs kann doch nicht nur am Testo liegen ?

Am DHT welches aus T kommt.. Auch in den Zellen der HF.  
Dann noch ab ca 1 ng/ml T die AR upregulation und zu guter letzt wenig shbg und DHT ping pong....

Dieser Julian wird dafür seinen Bart für immer behalten. Wo ein Barthaar wächst bleibt es auch.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Blackster](#) on Sun, 05 Jun 2022 20:38:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Und das reicht dann als Auslöser für AGA schon ?  
So sieht es ja nach typischem AGA Muster aus und beweist ja auch, dass keine von Norwoods kruden Theorien stimmen kann.

Komisch trotzdem, dass Frauen die normal stoffen keinen HA haben.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 06 Jun 2022 06:35:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Was Stoffen solche Frauen?

Wenns 19 nor dhea usw ist wird es nur wenig androgen aber dafür sehr anabol beim muskelzuwachs wirken

Wobei selbst diese Frauen sehen aus wie Männer

Es wird das 19-nor-DHT und andere dht Formen schwächer sein als DHT?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Haar2O](#) on Mon, 06 Jun 2022 06:56:48 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

mike. schrieb am Mon, 06 June 2022 08:35

Was Stoffen solche Frauen?

Wenns 19 nor dhea usw ist wird es nur wenig androgen aber dafür sehr anabol beim muskelzuwachs wirken

Wobei selbst diese Frauen sehen aus wie Männer

Es wird das 19-nor-DHT und andere dht Formen schwächer sein als DHT?

Meist Oxandrolon....da ist das Nutzen/Risiko-Verhältnis noch am "besten", manche greifen auch zu Methenolon, obwohl das meistens einfach nur Testo ist.  
Ansonsten wird bei Frauen viel über Wachs/Bolde gemacht.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Sun, 26 Jun 2022 21:34:02 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi, darf ich mich mal hier mit reinhängen.

Ich les hier schon ne Weile mit, komm aber mit den vielen Begriffen ned so wirklich klar.

Minox - is klar  
Fin - is klar  
E2 - is klar  
P4 - Progesteron?

CPA?

Kurz (oder so) zu mir

Wo ich mich sehe, iwo zwischen Mann und Frau. Geboren als Mann (wusste aber nie wo ich wirklich hingehöre) und mittlerweile 54 Jahre alt. Anrede ist mir total egal. Nen Therapieplatz hab ich erst seit 2 Monaten, nach ewiger Wartezeit. Ne Orchi beidseitig über die Leiste, hatte ich krankheitsbedingt 2016 (keine Implantate oder so - vermisse die auch ned). Hab daraufhin Testogel geschmiert, Nebido vertrag ich null. Nur wurde ich selbst mit der niedrigsten Dosis immer total aggressiv. Wollte das T nimmer und mal versuchen ob ich durch ne HRT mit mir eher ins Reine komme (hat funktioniert) und deswegen seit Oktober 2021 Estramonpflaster 50ug/24 und anfangs auch Utrogest. Dieses hab ich wegen schlechtem Schlaf bekommen, was auch für 2 Monate funktioniert hat, dann leider nicht mehr. Muss ich nochmal versuchen. Fühl mich jedenfalls ausgeglichener, nicht mehr so aggressiv und bin jetzt leider näher am Wasser gebaut - nicht so toll. Ne komplette Feminisierung strebe ich aber nicht an.

Haarausfall hab ich seit ich 20 bin und nie was unternommen, aber mittlerweile nervt er mich ohne Ende. Ne richtige Glatze hab ich noch nicht, aber große GHE und in der Mitte nach hinten sehr wenig. Da ich meine längeren Haare ned weiter verlieren will, muss ne Lösung her.

Leider hat sich mein Haarausfall ohne T seitdem so gar ned gebessert. Da hab ich wohl genetisch in den Mistopf gegriffen, da Mudder auch leichten Haarausfall hat. Man sieht aber durch ihre Haar ned wirklich durch und sie ist jetzt 82 Jahre alt. Mein jüngerer Bruder hat Glück gehabt, ich könnt so kotzen. Bart nervt auch, leider kann ich mich seit Jahren nicht richtig rasieren, da mir danach Stundenlang die Haut brennt wie die Hölle und keiner weiß was das ist. Wenn er ned so weiß wäre würd ich mir den weg lasern lassen, wie so manche Haare an anderen Stellen auch. Schwächer wurde der Bart leider auch nicht und wirklich langsamer wächst er ebenfalls nicht.

Hier mal ein paar meiner Werte, falls von Interesse

17-OH-Progesteron = 1,59ng/ml Norm 0,05-1,6

Testosteron = 0,5nmol/l Norm 12-30

E2 = 62,1pg/ml Norm 11,3-43,2 hier möchte mein Endo auf 100 hoch, warum auch immer. Hab vergessen zu fragen

DHT = weiß ich nicht, viel wirts ja wohl nimmer sein

TSH = 0,94mU/l Norm 0,27-4,2 Hab nur noch ne halbe SD, daher Thyronajod

Trag seit ner Woche 2x tägl. Minox 2,5% (5% 1:1 verdünnt mit Wodka und etwas d-Panthenol 75% 2ml auf 50ml gesamt) auf, hoffe dass der Shedding Effekt ned zu schlimm wird. Nutz 1x die Woche nen Dermaroller 0,5mm, mehr halt ich ned aus.

Irgendwer nen Tipp was ich noch machen kann? Ich weiß das mit dem Minox dauert ne ziemliche Weile. Is Fin bei mir trotzdem nötig?

Sorry für den längeren Text

LG Frank

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 27 Jun 2022 04:31:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

P4 = Utrogest = progesteron

Cpa = cyproterone = ar blocker und enzym inhibitor der 3b hsd  
Es ist eines der mir bekannten stärksten Antiandrogene die es gibt. Haarausfall ist damit sehr wahrscheinlich gestoppt.

E2 sollte tatsächlich über 100 pg/ml sein, damit sich bei den Haaren etwas tut

Mit über 50 kann man eine volle hrt machen und nicht mehr erwarten komplett zu feminisieren.

Ich würde E2 erhöhen.  
P4 hinzufügen.  
Fin, dut, 12,5mg cpa  
Minox, nems (kalium, b12, c usw) nehmen.

Vllt ist noch was möglich.. Haartechnisch.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 27 Jun 2022 04:35:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ps

17ohp4 ist so hoch, dass dein dht vermutlich auch hoch ist und das mit sehr niedrigem T

Deine NNR leistet seit der orchektomie ganze Arbeit und zieht Progesteron ab und macht daraus Cortisol, Aldosteron und vorallem dht

Vllt lässt du doch eine Weile die Finger von Progesteron.

Dexamethason, Cortisol würde deine NNR beruhigen.

Ich möchte hier aber nicht zu viele Tipps geben da man sich selber gut damit auskennen sollte und wissen muss, was man tut.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 27 Jun 2022 10:22:16 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Haartechnisch habe ich in dem Alter leider nur gute Ergebnisse unter Dut+E2 Injections gesehen, aber evntuell beweist du uns was anderes (:

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 27 Jun 2022 11:13:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Mon, 27 June 2022 12:22Haartechnisch habe ich in dem Alter leider nur gute Ergebnisse unter Dut+E2 Injections gesehen, aber evntuell beweist du uns was anderes (:  
Das wäre hier das vernünftigste

Ab 50 wird man eh maximal androgyn.. Weiblichkeit kommt nicht mehr... Maronenhaft höchstens.. Was schon ein riesen Gewinn wäre.

Männer über 50 mit fem hrt werden, finde ich, sehr sympathisch, warmherzig und ganzheitlich.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 27 Jun 2022 13:29:37 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<https://www.reddit.com/r/TransLater/>

hier kann man ein wenig schauen

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Mon, 27 Jun 2022 15:57:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

daniel91 schrieb am Mon, 27 June 2022 15:29<https://www.reddit.com/r/TransLater/>

hier kann man ein wenig schauen

Es präsentieren sich meistens die Leute, die halbwegs was geworden sind.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Frank67](#) on Mon, 27 Jun 2022 16:05:49 GMT

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

---

Ups, gleich so viele Antworten. Danke dafür

mike. schrieb am Mon, 27 June 2022 06:31P4 = Utrogest = progesteron

Cpa = cyproterone = ar blocker und enzym inhibitor der 3b hsd

Es ist eines der mir bekannten stärksten Antiandrogene die es gibt. Haarausfall ist damit sehr wahrscheinlich gestoppt.

E2 sollte tatsächlich über 100 pg/ml sein, damit sich bei den Haaren etwas tut

Mit über 50 kann man eine volle hrt machen und nicht mehr erwarten komplett zu feminisieren.

Ich würde E2 erhöhen.

P4 hinzufügen.

Fin, dut, 12,5mg cpa

Minox, nems (kalium, b12, c usw) nehmen.

Hab vergessen zu schreiben, E2=62,1pg/ml war mit 37,5ug/24. Seit dem Ergebnis jetzt 50ug

Pflaster 2x wöchentlich

Fin kenn ich, aber Dut ist das Dutasterid, beide zusammen? Dachte entweder oder, was ist denn besser?

Nems, da nehm ich eh schon was

800 i.e Vitamin D

Calzium 1000mg

Mariendistel, Artischoke, Löwenzahn immer mal kurmäßig für die Leber - keine Ahnung

obs was bringt.

Haar Vitamine siehe Bild, bringt was gegen den Haarausfall, nö. Aber die Haare sind auf alle Fälle weicher, wuscheliger ned so strohig, stumpf. Leider gibts die grad nimmer, deshalb hab ich andere bestellt, mal sehn wie die sind.

mike. schrieb am Mon, 27 June 2022 06:31Mit über 50 kann man eine volle hrt machen und nicht mehr erwarten komplett zu feminisieren.

Vllt ist noch was möglich.. Haartechnisch.

Na, du machst mir Mut 80 Was machen den die ganzen Cis-Männer ab 50, Haare ab und gut is, oder bis zur Glatze warten und dann HT, und die älteren Trans-Frauen, welche mal Haarausfall

hatten/haben, machen die nix, kann ja nicht sein.

Was ist denn eine volle HRT, das was ich kenne beinhaltet Androcur (sollte ich ja ned brauchen und geht voll auf die Leber) oder bei Spiro (gibts das bei uns überhaupt), E2 und Progesteron. Bin zufrieden wies jetzt ist, bis ja eben den HA. Mit dem Gesicht und der tiefen Stimme, da wird nix mehr draus. Ja ich weiß es gibt Voice-Training für die Stimme, sogar ne OP, FFS fürs Gesicht und Tracheal Shave. DNA sucks und mit Geld lässt sich da einiges machen, aber das will ich ja gar nicht.

Zitat:17ohp4 ist so hoch, dass dein dht vermutlich auch hoch ist und das mit sehr niedrigem T. Deine NNR leistet seit der Orchektomie ganze Arbeit und zieht Progesteron ab und macht daraus Cortisol, Aldosteron und vor allem dht. Vllt lässt du doch eine Weile die Finger von Progesteron.

Dexamethason, Cortisol würde deine NNR beruhigen. DHT, Cortisol und Aldosteron, lass ich das nächste mal mitbestimmen, mal sehn was der Endo sagt. Finger weg vom Progesteron - weils eh schon so hoch is - OK

mike. schrieb am Mon, 27 June 2022 06:35 Ich möchte hier aber nicht zu viele Tipps geben da man sich selber gut damit auskennen sollte und wissen muss, was man tut.

Versteh ich, kein Problem

mike. schrieb am Mon, 27 June 2022 13:13 daniel91 schrieb am Mon, 27 June 2022 12:22 Haartechnisch habe ich in dem Alter leider nur gute Ergebnisse unter Dut+E2 Injektions gesehen, aber eventuell beweist du uns was anderes (: Das wäre hier das vernünftigste

Ab 50 wird man eh maximal androgyn.. Weiblichkeit kommt nicht mehr... Maronenhaft höchstens.. Was schon ein riesen Gewinn wäre.

Männer über 50 mit fem hrt werden, finde ich, sehr sympathisch, warmherzig und ganzheitlich.

Ah ne, Spritzen mag ich so gar ned. Mit tat ja schon beim Nebido ne Woche die Pobacke sau weh. Ich probiers mal so und beweis euch was geht oder ned geht. Das mit keiner Weiblichkeit seh ich an ner Kollegin, bitte ned falsch verstehn, aber nein danke. Für sie war es der richtige Schritt, aber ich könnt's nicht. Da werd ich lieber sympatisch, warmherzig und ganzheitlich, ist doch auch was.

daniel91 schrieb am Mon, 27 June 2022 15:29

hier kann man ein wenig schauen

Danke kannte ich noch nicht, kenn da nur transgender timeline. Bei manchen älteren Frauen, kannst nur sagen Respekt, iwie altern die rückwärts, Hammer sag ich nur.

reddit.com/r/trans timelines/ - geht ned anders, Links darf ich noch ned

Um so mehr freut es mich für die Tochter einer Freundin. Ich glaube mit 12 bekam sie T-Blocker und mit 15/16 Hormone. Jetzt mit 20 wunderhübsch, super glücklich, absolut nix

jungenhaftes, netten Freund und Gott sei Dank ne Mutti die sie von Anfang an immer unterstützt hat. Meine ging ja schon beim Outing als Bi durch die Decke :lol:

Ups schon wieder so viel, sorry. Iwie kann ich ned kürzer

## File Attachments

1) [vitamine 1.jpg](#), downloaded 729 times

Inhaltsstoff	Tagesdosis (2 Kapseln)	NRV*
<b>Hirseextrakt</b> (min. 5% Kieselsäure)	250mg	
<b>Ackerschachtelhalmextrakt</b> (min. 7% organisches Silicium)	130mg	
<b>Keratin</b> (aus Keratinhydrolysat)	50mg	
<b>Traubenkernextrakt</b> (min. 50% OPC)	50mg	
<b>Methylsulfonylmethan</b> (MSM)	50mg	
<b>L-Cystein</b> (aus L-Cystein HCL)	20mg	
<b>Vitamin B1 / Thiamin</b> (aus Thiamin HCl)	4,2mg	
<b>Vitamin B2 / Riboflavin</b> (aus Riboflavin 5'Phosphat & Riboflavin)	5,4mg	
<b>Vitamin B3 / Niacin</b> (aus Inositol Hexaniacotinat & Niacinamid)	30mg	
<b>Vitamin B5 / Pantothensäure</b> (aus Calcium D-Panthotenat)	20mg	
<b>Vitamin B6</b> (aus Pyridoxal 5'Phosphat & Pyridoxin HCl)	5,4mg	
<b>Biotin</b> (aus D-Biotin)	145µg	
<b>Folsäure / Folat</b> (aus 5-MTHF Glucosamin - Quatrefolic®)	200µg	
<b>Vitamin B12</b> (aus Methylcobalamin & Adenosylcobalamin)	10µg	
<b>Zink</b> (aus Zinkbisglycinat - Albion®)	10mg	
<b>Selen</b> (aus Natriumselenit und Selenmethionin)	55µg	
<b>Kupfer</b> (aus Kupferbisglycinat)	1mg	
<b>Mangan</b> (aus Manganguconat)	1,5mg	
<b>Chrom</b> (aus Chrompicolinat)	40µg	
<b>Eisen</b> (aus Eisenbisglycinat)	5mg	
<b>Vitamin A</b> (aus Beta Carotin und Retinylpalmitat)	500µg	
<b>Vitamin E</b> (aus Alpha Tocopherol)	18mg	
<b>Vitamin C</b> (aus Natrium-L-Ascorbat)	80mg	

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 27 Jun 2022 16:10:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Mon, 27 June 2022 17:57daniel91 schrieb am Mon, 27 June 2022 15:29<https://www.reddit.com/r/TransLater/>

hier kann man ein wenig schauen  
Es präsentieren sich meistens die Leute, die halbwegs was geworden sind.

Neee gibt ne Menge outliner

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 27 Jun 2022 16:12:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zeig uns doch mal deinen Haarstatus, zur not geht auch eine HT, wenn du in frage kommst.

> Danke kannte ich noch nicht, kenn da nur trangender timeline. Bei manchen älteren Frauen, kannst nur sagen Respekt, iwie altern die rückwärts, Hammer sag ich nur.

Werde mittlerweile auch auf Anfang 20 mit 30 geschätzt ;)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Mon, 27 Jun 2022 16:30:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mir gehts iwie so wie Torsti aus dem ersten Beitrag, ich könnte glauben das bin ich.

Was braucht ihr denn da für Bilder, oben, hinten, vorn, Seite, nass oder trocken? Das ganze Gesicht, oder halt nur den oberen Teil - will ja ned dass hier wer nen Herzinfarkt kriegt. Darf nur ein Bild anhängen. Müßt ansonsten nen Image Hoster nutzen, oder mehrere Beiträge

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 27 Jun 2022 16:54:57 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Einfach auf imgur, lad Bilder hoch die aussagekräftig sind. Je mehr um so besser.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Mon, 27 Jun 2022 17:03:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Mon, 27 June 2022 18:12

Werde mittlerweile auch auf Anfang 20 mit 30 geschätzt ;)  
Freut mich für dich, ganz ehrlich. Mich hamms letztes Jahr auf 45 geschätzt (ohne den doofen Bart), aber ich glaub die wollten mich verarschen.

Hier bitte, wie gesagt ned erschrecken. A bisserl verschwitzt, Dagewo. Hoffe die passen

Der doofe Bart muss wech, nur wie. Lasern is nimmer, zu hell. Nadelepi - mach ich grad den Wildwuchs an den Brauen wech, sonst seh ich iwan aus wie Theo Waigel. Aber den ganzen Bart kannst ja ned bezahlen

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Christian24](#) on Mon, 27 Jun 2022 18:36:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Interessant. 6 Jahre nach der Hodenentfernung keine Besserung. T kann somit kein Problem darstellen. Jetzt könnte man meinen, seine Haarwurzeln wären alle verkümmert, aber irgendwo müsste sich trotzdem was getan haben?!

Was das Thema backdoor pathway anbelangt, bin ich auch skeptisch. Wenn das so relevant wäre, dürfte in den Dut Studien bis zu 2.5mg nicht eine bis zu 98%ige DHT Hemmung herauskommen. Aber wieso sind dann hohe Dut Dosen trotzdem nicht der heilige Gral?

Ohne E2 geht offensichtlich gar nichts. Die AR Downregulation durch E2 ist wohl der Schlüssel. Ich kann mir sonst keinen Reim draus machen.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 27 Jun 2022 18:49:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Christian24 schrieb am Mon, 27 June 2022 20:36  
Ohne E2 geht offensichtlich gar nichts. Die AR Downregulation durch E2 ist wohl der Schlüssel. Ich kann mir sonst keinen Reim draus machen.  
Same

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 27 Jun 2022 18:51:13 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Frank67 schrieb am Mon, 27 June 2022 19:03daniel91 schrieb am Mon, 27 June 2022 18:12

Werde mittlerweile auch auf Anfang 20 mit 30 geschätzt ;)  
Freut mich für dich, ganz ehrlich. Mich hamms letztes Jahr auf 45 geschätzt (ohne den doofen Bart), aber ich glaub die wollten mich verarschen.

Hier bitte, wie gesagt ned erschrecken. A bisserl verschwitzt, Dagewo. Hoffe die passen

Der doofe Bart muss wech, nur wie. Lasern is nimmer, zu hell. Nadelepi - mach ich grad den Wildwuchs an den Brauen wech, sonst seh ich iwan aus wie Theo Waigel. Aber den ganzen Bart kannst ja ned bezahlen

Absolut möglich bei dir eine HT, aber es wird keine Feminine Haarlinie mehr, außer die HRT holt einiges zurück :(  
Bart nicht lasern lassen sondern bei der HT mit verpflanzen lassen.  
Aber nun erstmal 2 Jahre HRT bevor du da irgendwas machst.

<https://www.youtube.com/watch?v=6rk7CF5N5zU>

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Mon, 27 Jun 2022 18:55:47 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Mon, 27 June 2022 20:36Interessant. 6 Jahre nach der Hodenentfernung keine Besserung. T kann somit kein Problem darstellen. Jetzt könnte man meinen, seine Haarwurzeln wären alle verkümmert, aber irgendwo müsste sich trotzdem was getan haben?!

Was das Thema backdoor pathway anbelangt, bin ich auch skeptisch. Wenn das so relevant wäre, dürfte in den Dut Studien bis zu 2.5mg nicht eine bis zu 98%ige DHT Hemmung herauskommen. Aber wieso sind dann hohe Dut Dosen trotzdem nicht der heilige Gral?

Ohne E2 geht offensichtlich gar nichts. Die AR Downregulation durch E2 ist wohl der Schlüssel. Ich kann mir sonst keinen Reim draus machen.  
Ich glaub du hast was falsch verstanden oder ich habs doof geschrieben.

Hab nach der Orchi 5J T bekommen. Zuerst Nebido, hatte da Peaks von über 40nmol, viel zu

hoch. Hät jedem der mir doof kam am liebsten eine vorn Latz gehaun, drum und wegen den Schmerzen und der ewigen Husterei nach der Spritze wollt ich die nicht mehr, dann das Testogel und lag da so um die 10-15nmol/l. Habs auch manchmal vergessen.

Na alle Haarwurzeln sind ned verkümmert, das wär grausam.

Zitat:Bart nicht lasern lassen sondern bei der HT mit verpflanzen lassen.  
Die sind doch ganz anders, das schaut doch ned aus. Die sind viel dicker, zwar keine Borsten und ziemlich weich also keine Drahtbürste wenn ganz kurz wie bei manch anderen. Was kostet denn der Spaß, für einmal bestimmt um die 10000€. Da muss ich ja 2 Jahre für Sparen

Zitat:Absolut möglich bei dir eine HT  
Woran sieht man das denn?

Vom Rest versteh ich nur Bahnhof :blush: 8o

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 27 Jun 2022 19:04:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Die werden elegant dazwischen transplantiert, 4 Kopfhaare, 1 Barthaar....  
Ja um die 10k

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Mon, 27 Jun 2022 19:08:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Alter, und ich wollt mir ein Auto kaufen.

Wieviele HT's braucht man denn so im Schnitt und wieder Haare kurz - arg. Ich hasse kurze Haare, schon immer

Holla die Waldfee. 4 HT's im Video, da muss ich erst mal im Lotto gewinnen. Wurden die Haare ned rasiert, das geht?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 27 Jun 2022 19:10:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

1 bis 2, denke du brauchst nur eine.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Mon, 27 Jun 2022 19:25:27 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Woran macht man das denn fest, Alter und jetziger Zustand?  
Mei Vadder 81J hat ne Vollplatte und halt noch hinten und an den Seiten Haare. Hatte in meinem Alter aber noch mehr. Kenns auch anderes 1 Jahr ned gesehen und Glatze, das ist hart.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [daniel91](#) on Mon, 27 Jun 2022 19:30:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Naja, wenn du die HRT anstrebst, sollte die AGA ja aufgehalten werden, also eher am aktuellen Zustand.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Mon, 27 Jun 2022 19:52:17 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Frank67 schrieb am Mon, 27 June 2022 18:05  
Mit dem Gesicht und der tiefen Stimme, da wird nix mehr draus. Ja ich weiß es gibt Voice-Trainig für die Stimme, sogar ne OP, FFS fürs Gesicht und Tracheal Shave. DNA sucks und mit Geld läßt sich da einiges machen, aber das will ich ja gar nicht.

Du musst den Kehlkopf beim Sprechen hochziehen, versuche eine Frau im Klang und der Melodie nachzumachen, wenn du dich wie ein femininer Schwuler anhörst bist du schon nah dran und versuche dann die Stimme höher zu bekommen, mehr Kopfstimme. Ob es mit über 50 noch geht bezweifle ich trotzdem. Ich gehe mittlerweile bei mir so vor, besser weis ich es leider auch nicht. Andere die ich kenne haben es besser drauf ist mir aber eigentlich egal ich mag meine Männerstimme. Stimmband-OP würde ich nicht machen lassen das kann im schlimmsten Fall deine Stimme ruinieren. Logopäden kannst du vergessen beim Stimmtraining, die haben keine Ahnung wie man von männlich zu weiblich wechselt.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Mon, 27 Jun 2022 21:01:20 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Frank67 schrieb am Mon, 27 June 2022 18:30Mir gehts iwie so wie Torsti aus dem ersten Beitrag, ich könnte glauben das bin ich.  
Früher habe ich mich noch für TS gehalten aber mit der Zeit durch Reflexion mir der Umwelt fand ich heraus das ich das nicht bin.

Transgender(binary) und Androgyn(nonbinary) können anfänglich sehr ähnlich aussehen

Zum Glück bin ich nicht transsexuell so bleibt mir viel Leid und Elend erspart.

Die HRT hat mich gerettet. Ich fühle mich jetzt wohler. HA und starke Virilisierung sind kein Thema mehr

LG  
Torsti

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Mon, 27 Jun 2022 21:02:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Torsti

Danke, jetzt hast das gut erklärt, hab aber ned vor meine Stimme zu ändern. Ich weiß nur dass das geht und wär einfach froh wenn sie nicht so tief wäre. Jetzt isse halt so wie sie ist. Ich will ja auch nicht als weiblich durch gehen. Ich seh mich einfach iwo in der Mitte. Ich bin vor Jahren mal über ein Video gestoßen, die konnte vom tiefsten männlich zu ner absolut hübschen weiblichen Stimme einfach so hin und her switchen.

Wenn ich das mit meinem bescheidenen Englisch richtig verstanden habe, muß man laut ihr immer wieder über längere Zeit so hoch sprechen wies geht, dann kippt iwann an einem gewissen Punkt die Stimmelage und hier muss man dann wieder die Stimmhöhe absenken, bis sie einem gefällt. Habs aber nie probiert. Wenn ichs wiederfinde poste ich nen Link, falls gewünscht.

@daniel91

ich bleib erst mal dabei. Werd sehn wies weiter geht.  
Bis jetzt gehts mir seelisch/gefühlsmäßig auf alle Fälle besser. Nur die größer werdenden Moobs stören etwas, aber noch gehts im T-Shirt. Hoffe das wird ned noch viel mehr, dann wirds kritisch. Von 102cm Brustumfang auf 106 hoch, bis jetzt nur mehr Fett und erhöhte Brustwarzenhöfe. Nur hab ich früh beim Aufstehen ein totales Brennen in der Brust, wenn sich der Brustmuskel anspannt und auch noch 5min danach. Spannungsgefühl hab ich null.

Ich bleib jetzt erst mal bei:

50ug E2 Pflaster 2x Woche

2,5% Minox topisch 2x täglich

Meine Nems wie schon genannt + Saw Palmetto 2x1 Kapsel mit 500mg Extrakt. Keine Ahnung obs was bringt.

1x wöcht. Dermalroller, vorher immer Xylocain Dental aufs Haupt, sonst pack ich das ned Fin/Dut - nahm ein Kumpel, der war kurz davor von der Brücke zu springen und wurde immer dicker. Da bin ich mir echt ned sicher

Bart heb ich mir auf - damnit

Nadelepi mach ich weiter - autsch  
P4 soll ich laut euch ja nicht.

Was bringt denn das Minox oral, ich verlier hier echt die Übersicht?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Mon, 27 Jun 2022 21:09:40 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Mon, 27 June 2022 23:01 Frank67 schrieb am Mon, 27 June 2022 18:30 Mir gehts iwie so wie Torsti aus dem ersten Beitrag, ich könnte glauben das bin ich. Früher habe ich mich noch für TS gehalten aber mit der Zeit durch Reflexion mir der Umwelt fand ich heraus das ich das nicht bin.

Transgender(binary) und Androgyn(nonbinary) können anfänglich sehr ähnlich aussehen

Zum Glück bin ich nicht transsexuell so bleibt mir viel Leid und Elend erspart

LG

Torsti

Als transgender seh ich mich ja auch ned, auch wenn der erste Therapeut mich immer in diese Kategorie einordnen wollte. Da konnt ich so oft widersprechen wie ich wollte, der ließ sich nicht davon abbringen. Bei dem gabs nur schwarz oder weiß und nix dazwischen. Hab dann da abgebrochen, aber wenigstens dadurch Kontakt zu nem guten Endo bekommen. Bin jetzt bei ner Frau, die find ich viel besser. Hatte aber erst meine zweite Sitzung.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Mon, 27 Jun 2022 21:19:10 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

@Frank

das ist nett von dir aber ich kenne alle Videos und Anleitungen schon weil ich mich schon seit fast 20 Jahren damit beschäftige.

Was willst du eigentlich bei nem Therapeuten wenn du nicht Transgender bist? Den braucht man nur um eine Namens/Personenstandsänderung und GA-OP zu erreichen. Oder will dein Arzt der dir die Hormone verschreibt das du dorthin gehst?

Und lass dir nicht einreden du wärst trans

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Mon, 27 Jun 2022 21:37:01 GMT

---

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

---

Braucht man für ne GaOP ned zwei Gutachten, dacht ich jedenfalls?

Meine is ja keine Gutachterin. Zum Ersten bin ich selber, dachte drüber sprechen hilft, naja war nix. Drum auch der zweite Versuch. Einfach mal über das und anderes reden, hab noch genügend anderen Mist an der Backe und kann ned alles bei meinem Kusäng abladen. Er und meine Cousine sind die einzigen die über die Orchi Bescheid wissen und nur er weiß das mit den Hormonen.

Gott der is so fürsorglich, ist mir fast schon unangenehm. Ruft immer wieder an wies mir geht, hat sich informiert und gefragt wie er mich ansprechen soll, einfach zum knuddeln der Kerl.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Frank67](#) on Wed, 29 Jun 2022 11:02:22 GMT

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

---

Andere Frage, beeinflusst ne HRT den Bartwuchs.

Ich mein langsamer auf alle Fälle, aber weniger? Hab mich heut mal wieder rasiert (geht leider nicht so oft wie gewünscht) und jetzt fällt mir auf, dass er an den Wangen etwas weniger geworden ist. Minimal, aber weniger, gibts das? Unterm Kinn oder Hals.

Danke schon mal  
Frank

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [daniel91](#) on Wed, 29 Jun 2022 11:06:54 GMT

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

---

Bei mir deutlich

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Wed, 29 Jun 2022 11:56:22 GMT

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

---

Frank67 schrieb am Wed, 29 June 2022 13:02Andere Frage, beeinflusst ne HRT den Bartwuchs.

Ich mein langsamer auf alle Fälle, aber weniger? Hab mich heut mal wieder rasiert (geht leider nicht so oft wie gewünscht) und jetzt fällt mir auf, dass er an den Wangen etwas weniger geworden ist. Minimal, aber weniger, gibts das? Unterm Kinn oder Hals.

Danke schon mal  
Frank

Bei mir wächst der Bart ein wenig langsamer aber weniger Haare oder Flaum ist es nicht geworden. Ich störe mich seit Anfang der Kur nicht mehr so an meinem Bart und lasse ihn eine

---

Zeit lang stehen

dafür sind viele Haare im Gesicht farblos geworden, der Bart zum Teil und auch ein paar wenige Härchen an den Augenbrauen. Über die Ursache rätselt ich noch: L-Lysin-Mangel? Melaninmangel? Apoptose? DNA-Schäden?. Nach Absetzen der HRT ging es aber wieder weg

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Wed, 29 Jun 2022 14:50:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

daniel91 schrieb am Wed, 29 June 2022 13:06Bei mir deutlich  
Das freut mich für dich, vorausgesetzt du möchtest das auch.

Torsti schrieb am Wed, 29 June 2022 13:56Frank67 schrieb am Wed, 29 June 2022 13:02Andere  
Frage, beeinflusst ne HRT den Bartwuchs.

Ich mein langsamer auf alle Fälle, aber weniger? Hab mich heut mal wieder rasiert (geht leider nicht so oft wie gewünscht) und jetzt fällt mir auf, dass er an den Wangen etwas weniger geworden ist. Minimal, aber weniger, gibts das? Unterm Kinn oder Hals.

Danke schon mal

Frank

Bei mir wächst der Bart ein wenig langsamer aber weniger Haare oder Flaum ist es nicht geworden. Ich störe mich seit Anfang der Kur nicht mehr so an meinem Bart und lasse ihn eine Zeit lang stehen

dafür sind viele Haare im Gesicht farblos geworden, der Bart zum Teil und auch ein paar wenige Härchen an den Augenbrauen. Über die Ursache rätselt ich noch: L-Lysin-Mangel? Melaninmangel? Apoptose? DNA-Schäden?. Nach Absetzen der HRT ging es aber wieder weg  
Mich stört er schon ewig, aber wie geschrieben ich vertragen das Rasieren nimmer, daher lass ich den auch immer ne zeitlang stehn. Das längste waren 8 Wochen letztes Jahr nach meinem Unfall. Saß im Rolli, jetzt nimmer und war ein Jahr zuhause. Da hät ich mit dem Minox usw anfangen sollen. Aber wennst alleine nirgends hinkommst is auch Mist.

Augenbrauen is nix, außer die Nadelepi (autsch) und unterm Kinn oder Hals auch nicht.  
Machst du HRT als Kur oder wie ist das jetzt zu verstehn, wenn die Frage erlaubt ist?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 29 Jun 2022 15:10:04 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Machst du HRT als Kur oder wie ist das jetzt zu verstehn...

Ja weil ich Pausen dazwischen machte. Die Pausen waren bisher viel zu lang und heute bereue ich es auch zweimal die HRT komplett abgesetzt zu haben, der Bartwuchs wurde in der letzten

Pause stärker usw. :(

Ab Weihnachten habe ich mir mal den bart lang wachsen lassen, hatte mich mal interessiert wie ich nach 20 Jahren dauerrasieren mit Bart aussehe. War mal was anderes aber ich muss es nicht unbedingt haben. Eine Bekannte von mir meinte dann ich würde nicht mehr wie ein ladyboy aussehen

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 29 Jun 2022 15:10:07 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Machst du HRT als Kur oder wie ist das jetzt zu verstehn...  
Ja weil ich Pausen dazwischen machte. Die Pausen waren bisher viel zu lang und heute bereue ich es auch zweimal die HRT komplett abgesetzt zu haben, der Bartwuchs wurde in der letzten Pause stärker usw. :(

Ab Weihnachten habe ich mir mal den bart lang wachsen lassen, hatte mich mal interessiert wie ich nach 20 Jahren dauerrasieren mit Bart aussehe. War mal was anderes aber ich muss es nicht unbedingt haben. Eine Bekannte von mir meinte dann ich würde nicht mehr wie ein ladyboy aussehen

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Thu, 30 Jun 2022 18:58:09 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Wed, 29 June 2022 17:10Zitat:Machst du HRT als Kur oder wie ist das jetzt zu verstehn...  
Ja weil ich Pausen dazwischen machte. Die Pausen waren bisher viel zu lang und heute bereue ich es auch zweimal die HRT komplett abgesetzt zu haben, der Bartwuchs wurde in der letzten Pause stärker usw. :(

Ab Weihnachten habe ich mir mal den bart lang wachsen lassen, hatte mich mal interessiert wie ich nach 20 Jahren dauerrasieren mit Bart aussehe. War mal was anderes aber ich muss es nicht unbedingt haben. Eine Bekannte von mir meinte dann ich würde nicht mehr wie ein ladyboy aussehen

Ah so machst du das, und wie kurz oder lang sind jetzt die Pausen.  
Ladyoy - ich weiß ned warum, aber ich finde den Begriff iwie abwertend. Ich dachte er ist eher im asiatischen Raum, speziell Thailand gebräuchlich. Torsti hört sich aber so gar nicht asiatisch an.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 30 Jun 2022 19:19:46 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Frank67 schrieb am Thu, 30 June 2022 20:58

Ah so machst du das, und wie kurz oder lang sind jetzt die Pausen.

Ladyoy - ich weiß ned warum, aber ich finde den Begriff iwie abwertend. Ich dachte er ist eher im asiatischen Raum, speziell Thailand gebräuchlich. Torsti hört sich aber so gar nicht asiatisch an.

ich bin kein Thaiboy. nein es war eine Phillippinerin die sagen das auch. Ich bin schon manchmal schockiert wenn ich mit was anderem als "er" oder "Mann" bezeichnet werde 8o .

Es kommt auf die Situation an, auch was mein Kopf gerade sagt was ich bin dann lasse ich mir auch mal weibliche Anreden gefallen. Ich hätte mich hier im Forum als das Geschlecht was ich bin registrieren können aber "lesbische Shemale" und "geschlechtsverwirrt" standen nicht zur Auswahl. :d

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 30 Jun 2022 20:34:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Thu, 30 June 2022 21:19Frank67 schrieb am Thu, 30 June 2022 20:58

Ah so machst du das, und wie kurz oder lang sind jetzt die Pausen.

Ladyoy - ich weiß ned warum, aber ich finde den Begriff iwie abwertend. Ich dachte er ist eher im asiatischen Raum, speziell Thailand gebräuchlich. Torsti hört sich aber so gar nicht asiatisch an.

ich bin kein Thaiboy. nein es war eine Phillippinerin die sagen das auch. Ich bin schon manchmal schockiert wenn ich mit was anderem als "er" oder "Mann" bezeichnet werde 8o .

Es kommt auf die Situation an, auch was mein Kopf gerade sagt was ich bin dann lasse ich mir auch mal weibliche Anreden gefallen. Ich hätte mich hier im Forum als das Geschlecht was ich bin registrieren können aber "lesbische Shemale" und "geschlechtsverwirrt" standen nicht zur Auswahl. :d

achso, Pausen mache ich vom Androcur mehrere Wochen. Das brauchst du eh nicht zu nehmen wenn du keine Hoden mehr hast. Die NNR produziert nur wenig Androgene. Wärsst du gerne femininer, Frank?

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Fri, 01 Jul 2022 14:32:05 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

[quote title=Torsti schrieb am Thu, 30 June 2022 22:34]Zitat:

achso, Pausen mache ich vom Androcur mehrere Wochen. Das brauchst du eh nicht zu nehmen wenn du keine Hoden mehr hast. Die NNR produziert nur wenig Androgene. Wärsst du gerne femininer, Frank?

---

Ist cpa = Androcur?

Femininer, kommt drauf an was du darunter verstehst.

Gefühlsmäßig gehts mir auf alle Fälle besser.

Was sich körperlich in meinem Alter noch großartig ändert wird man sehen. Was ich aber gerne hätte wär Bart weg und Kopfhaare da. Ansonsten bin ich eher so nicht behaart.

Unterschenkel nur hier und da ein paar Haare, Oberschenkel gehts erst ab der Mitte nach oben los. Minimal am Bauch, aber die lass ich grad lasern, solange sie noch dunkel sind und der rest bis auf die Unterarme eher haarlos oder Flaum

Das die Kraft nachläßt weiß ich und nehm ich in Kauf und iweit sich das Fett anderes verteilt wird man sehen. Ob meine Haut jetzt nicht mehr so grobporig ist kann ich nicht behaupten, Pickel hatte/hab ich so gut wie nie, wird wohl aber eher an der Hefe liegen, die ich schon immer wieder mal nehme.

Haare sind nimmer so fettig, find ich gut.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Fri, 01 Jul 2022 23:02:55 GMT

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

---

CPA ist Androcur

Und das mit der nachlassenden Kraft. Was soll ich sagen nach einem Jahr HRT. So stark wie jetzt war ich noch nie !:

Das Fett verteilt sich um den Bauch rum aber nicht an den Beinen was beides schlecht ist wenn man femininer aussehen möchte. Ich will mein Sixpack wiederhaben :x

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Christian24](#) on Sat, 02 Jul 2022 05:42:05 GMT

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

---

Torsti schrieb am Sat, 02 July 2022 01:02 CPA ist Androcur

Und das mit der nachlassenden Kraft. Was soll ich sagen nach einem Jahr HRT. So stark wie jetzt war ich noch nie !:

Das Fett verteilt sich um den Bauch rum aber nicht an den Beinen was beides schlecht ist wenn man femininer aussehen möchte. Ich will mein Sixpack wiederhaben :x

Kann ich nur bestätigen nach über einem Jahr CPA. Die Fetteinlagerung passiert am Bauch und bei der Brust. Aber mit Ausdauertraining und Kraftsport kann man dagegenhalten. Trotzdem hab ich zuvor besser, männlicher ausgesehen. Gewicht halten gestaltet sich für mich schwierig.

Wieso willst du femininer aussehen aber zeitgleich ein Sixpack haben? Sixpacks sind für mich

absolut unweiblich.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Sat, 02 Jul 2022 06:13:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

CPA is ja dann geklärt, danke Dir.  
Obs bei mir nötig is, ka. Weiß nur, funktionell gehts trotz Hoden weg immer noch, gestern getestet (wenn auch nicht mehr ganz so), lass mer lieber :d Hm, ist das jetzt schlecht. Spontan rührt sich nichts mehr, bei Berührung schon und so passt mir das. Nur zur Info, falls zu viel TMI, sorry

Kraft ja nu, merk bis jetzt keinen Unterschied. Wenn, dann ging letztes Jahr nach meinem Unfall und einem Jahr zuhause was flöten.

Mehr Fett am Bauch, ja wie - blos ned. Mir reicht was ich schon habe. Sixpack is gut versteckt, hatte ich nie. Hab iwo auf reddit gelesen, in deinem Fall sollte man erst mal abnehmen und trainieren (für den Bauch/Muskeln) und wieder zunehmen für mehr Fett an den Schenkeln/Poppes. Denke aber das weißt du selber

Was anderes, macht das KET Shampoo 2% Sinn?  
Hab hier gelesen, das nehmen viele, soll wohl helfen. Hatte/hab bis keine Schuppen (denk ich), aber trotzdem mir heut mal die Haare mit gewaschen und 5 Min einwirken lassen. Geht gar ned, absolut mistiges Gefühl was die Haare betrifft, trocken, strohig - einfach nein. Mag ja gehn, wenn die nur ein paar mm lang sind, aber so - nene. Gleich nochmal mit Guhl Bier hinterher, jetzt isses besser.  
Muss aber zugeben ich hab seit ca. 5 Jahren ein sehr leichtes sebdingda Ekzem nur um die Nase rum, aufm Kopf is nix. Da muss ich alle 2-3 Wochen einmal mit Nizoral Creme ran und gut isses, sonst kommts wieder. Laut mehreren Hautärzten hat jede\*r Hefepilze auf dem Kopf, nur nicht jede\*r verträgt sie und die machen in meinem Fall eben an der Nase das Ekzem. Andere kriegen Probleme am Kopf, Ohren, Kinn, Brust oder Rücken

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Sat, 02 Jul 2022 06:15:52 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Sat, 02 July 2022 07:42Torsti schrieb am Sat, 02 July 2022 01:02CPA ist Androcur

Und das mit der nachlassenden Kraft. Was soll ich sagen nach einem Jahr HRT. So stark wie jetzt war ich noch nie :!:

Das Fett verteilt sich um den Bauch rum aber nicht an den Beinen was beides schlecht ist wenn man femininer aussehen möchte. Ich will mein Sixpack wiederhaben :x  
Kann ich nur bestätigen nach über einem Jahr CPA. Die Fetteinlagerung passiert am Bauch und bei der Brust. Aber mit Ausdauertraining und Kraftsport kann man dagegenhalten. Trotzdem hab ich zuvor besser, männlicher ausgesehen. Gewicht halten gestaltet sich für mich schwierig.

Wieso willst du femininer aussehen aber zeitgleich ein Sixpack haben? Sixpacks sind für mich absolut unweiblich.

Ich find Sixpacks überhaupt nicht unweiblich, wenn der Rest des Körpers auch gut trainiert ist. So lange es nicht zuviel Muskeln werden.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sat, 02 Jul 2022 13:53:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Mon, 27 June 2022 06:35

Ps

17ohp4 ist so hoch, dass dein dht vermutlich auch hoch ist und das mit sehr niedrigem T

Deine NNR leistet seit der orchektomie ganze Arbeit und zieht Progesteron ab und macht daraus Cortisol, Aldosteron und vorallem dht

Vllt lässt du doch eine Weile die Finger von Progesteron.

Dexamethason, Cortisol würde deine NNR beruhigen.

Ich möchte hier aber nicht zu viele Tipps geben da man sich selber gut damit auskennen sollte und wissen muss, was man tut.

Cortisol ist ein Stresshormon und ist immunsuppressiv. Bei akuten Erkrankungen und nach einer Schutzimpfung besser nicht nehmen

Dexa ist viel Potenter und hat eine längere Halbwertszeit als Cortisol (Hydrocortison)

Nach abrupten Absetzen von Glucocorticoiden kann eine Nebennierenrindeninsuffizienz entstehen -> gefährlich

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Sat, 02 Jul 2022 14:16:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Sat, 02 July 2022 15:53mike. schrieb am Mon, 27 June 2022 06:35

Ps

17ohp4 ist so hoch, dass dein dht vermutlich auch hoch ist und das mit sehr niedrigem T

Deine NNR leistet seit der orchektomie ganze Arbeit und zieht Progesteron ab und macht daraus Cortisol, Aldosteron und vorallem dht

Vllt lässt du doch eine Weile die Finger von Progesteron.

Dexamethason, Cortisol würde deine NNR beruhigen.

Ich möchte hier aber nicht zu viele Tipps geben da man sich selber gut damit auskennen sollte und wissen muss, was man tut.

Cortisol ist ein Stresshormon und ist immunsuppressiv. Bei akuten Erkrankungen und nach einer Schutzimpfung besser nicht nehmen

Dexa ist viel Potenter und hat eine längere Halbwertszeit als Cortisol (Hydrocortison)

Nach abrupten Absetzen von Glucocorticoiden kann eine Nebennierenrindeninsuffizienz entstehen -> gefährlich

Mit Cortison/Hydrocortison hatte ich bisher nur 2x zu tun.

2x1 10mg Prednisolon (inkl. 4 Wochen Ausschleichen) wegen angebl.

Sehnenscheidenentzündung (war aber ein eingeklemmter Nerv) vor 5J und 1x Hydrocortison vor 10J als Salbe (hab se 3 Tage je 1x genommen, da ich keine Besserung merkte, dann vors. ausgeschlichen) fürs Gesicht, sah nach dem Möp fahren aus wie ein Mondgesicht, total angeschwollen. Sah ich aber erst zuhause, hab nix gemerkt. Dauerte 1 Woche. Bis heute k. A. was das war und kam auch nie wieder. Obs Hdoro geholfen hat, wer weiß.

Warum leisten meine NNR Höchstarbeit?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Sat, 02 Jul 2022 14:33:50 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

sie ersetzen die fehlenden hoden  
  
und das sehr effektiv

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Sat, 02 Jul 2022 15:27:25 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

mike. schrieb am Sat, 02 July 2022 16:33 sie ersetzen die fehlenden hoden  
  
und das sehr effektiv

Du meinst in Bezug auf 17ohp4, Laut Endo ist das ok so. Werd in Ende des Monats (nach Blutabnahme) mal fragen. Danke dir

Hätt noch:

Prolaktin 14,1 ng/ml Nom 4.04-15.2  
FSH 23,2 IU/L Norm 1,5-12,4 weit drüber  
LHN 18,1 IU/L Norm 1,7-8,6 weit drüber

im Angebot, entweder ich bin schwanger, kurz vorm Eisprung oder produziere iwann Milch - blos ned. Himmel ist das kompliziert, kein Wunder dass man ne HRT ned DIY machen sollte. Auch wenns gute Ergebnisse geben kann

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Sat, 02 Jul 2022 17:30:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Frank67 schrieb am Sat, 02 July 2022 17:27 mike. schrieb am Sat, 02 July 2022 16:33 sie ersetzen die fehlenden hoden  
  
und das sehr effektiv

---

Du meinst in Bezug auf 17ohp4, Laut Endo ist das ok so. Werd in Ende des Monats (nach Blutabnahme) mal fragen. Danke dir

Hätt noch:

Prolaktin 14,1 ng/ml Norm 4.04-15.2  
FSH 23,2 IU/L Norm 1,5-12,4 weit drüber  
LHN 18,1 IU/L Norm 1,7-8,6 weit drüber

im Angebot, entweder ich bin schwanger, kurz vorm Eisprung oder produziere iwann Milch - blos ned. Himmel ist das kompliziert, kein Wunder dass man ne HRT ned DIY machen sollte. Auch wenns gute Ergebnisse geben kann für milch brauchst Du mehr E2, P4 und viel mehr PRL ;)

LH und FSH sind hoch..weil der Körper die Hoden sucht...die nicht mehr reagieren,..kein feedback kriegen.. letztendlich wird nach E2 gesucht.. das hast du sicher auch..um die 25-50 pg/ml..ohne exogen..endogen..weil das eine Lebensversicherung ist..nur in dem Fall über nnr dhea (das sicher nicht hoch messbar ist, weil abgezogen), androstendion(aus dhea und 17ohp4, aus p4, das niedrig ist, weil abgezogen(17ohp4 ist Depot für aldosteron und cortisol (lebenswichtige hormone))), estron und aromatase, 17bhsd usw..fettgewebe...=mehr dht als E2= viril trotz kastration eine aggressive early wildfire aga ist jedoch ausgeschlossen..Regeneration aber auch

e2 mangel macht fett

NNR haben lh Rezeptoren und leisten mehr

unterm Strich sind die androgene in den Endprodukten fast gleich hoch wie wenn du 6 ng/ml T aus den Hoden hättest..nur ohne den anabolen straffenden t effekt

T ist eine Vorstufe zu wirksamen androgenen jedoch selbst defacto kein androgen

was dich retten kann ist eine HRT mit E2. (senkt LH) P4 und eine Glucocorticoide Therapie, was die Enzyme der nnr senkt und beruhigt 5ari usw

..aber muss du selbst wissen, was du willst ;)

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sat, 02 Jul 2022 21:00:55 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Frank67

Ich habe mir mal ein Bild von dir gemacht und auf mich wirkst du nicht als wolltest du körperlich weiblichen sondern genderneutral bleiben

Du kannst das E2 auf 160 bis 240 erhöhen (weibliche Spät-Pubertät) am Besten mit Gel oder Spray wenn dir das angenehm ist und schauen wie du damit zurechtkommst. Höher als 400 würde ich nicht gehen, weil zu hohes E2 verursacht Mondgesicht und Müdigkeit. Es kann sein dass dein DHT-Wert sehr hoch ist, den kannst du ja beim nächsten Mal mitbestimmen lassen.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Sat, 02 Jul 2022 22:00:19 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Allmächd, is das kompliziert, ich hab doch nur Realschule.

Woher weiß man so was, kennst dich ja scheinbar besser aus als mancher Arzt. Die ganze Abkürzungen muss ich immer erst googlen.

HRT mach ich mit E2 50ug/24, P4 kann ich wieder dazu nehmen, da hatte ich Utrogest 100. Wie hoch das E2 vorher war weiß ich nicht, kann mal hinfahren und mir die alten Werte geben lassen, soll ja auf 100 hoch. Fett nur an den Moobs, hab bisher sogar 4 Kilo gewollt runter. Mach 16:8, mal bisschen Leber entlasten PRL=Prolaktin, noch höher, echt jetzt! Auf Milchproduktion würd ich gern verzichten. Ist jetzt LH und FSH erhöht gut oder schlecht. Wohl eher schlecht, wenn ich les E2 senkt LH DHEA, keine Ahnung wurde nicht geprüft, DHT ebenfalls nicht, geht das übers Blut? Auf eine Glucocorticoide Therapie würd ich gern verzichten, da frag ich erst mal beim Endo nach

Das versteh ich nedZitat:  
unterm strich sind die androgene in den Endprodukten fast gleich hoch wie wenn du 6 ng/ml T aus den hoden hättest  
welche Endprodukte, meinst du die NNR und wieso gleich hoch, gibts da Vergleichstabellen.

Was ist eine aggressive early wildfire aga, plötzlich schnell fortschreitender HA?  
Regeneration aber auch, na dann kann ich mir aber auch den Dermaroller und Minox sparen, oder versteh ich da was falsch.

Ich lass das nächste Mal noch folgende Sachen mit testen, vorausgesetzt der Endo macht mit, es macht Sinn und geht übers Blut

DHEA, DHT, Streßhormone, Cortisol, Noch irgendwas?

Tja was will ich, keinen Haarausfall und ohne Mittelchen, egal welcher Art. Hilft wohl nur ne Zeitreise und nimmer altern, aber ewig 20 lieber nicht.

Was anderes, wieso krieg ich immer beim Antworten den ersten Beitrag angezeigt und ned den

Letzten, kenn das von keinem anderem Forum.

Danke nochmals

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Sat, 02 Jul 2022 22:13:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Sat, 02 July 2022 23:00@Frank67

Ich habe mir mal ein Bild von dir gemacht und auf mich wirkst du nicht als wolltest du körperlich verweiblichen sondern genderneutral bleiben

Du kannst das E2 auf 160 bis 240 erhöhen (weibliche Spät-Pubertät) am Besten mit Gel oder Spray wenn dir das angenehm ist und schauen wie du damit zurechtkommst. Höher als 400 würde ich nicht gehen, weil zu hohes E2 verursacht Mondgesicht und Müdigkeit. Es kann sein dass dein DHT-Wert sehr hoch ist, den kannst du ja beim nächsten Mal mitbestimmen lassen. Genderneutral ist wohl das richtige Wort, danke

Spray gibts auch? Gel mochte ich schon als T ned, sind Pflaster so schlecht? Daufpappen und gut is. Mondgesicht hat ich schon mal will ich nimmer und auf mehr Müdigkeit kann ich verzichten.

Danke für die Tipps

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sun, 03 Jul 2022 08:34:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Frank67 schrieb am Sun, 03 July 2022 00:00

Woher weiß man so was, kennst dich ja scheinbar besser aus als mancher Arzt. Die ganze Abkürzungen muss ich immer erst googlen.

HRT mach ich mit E2 50ug/24, P4 kann ich wieder dazu nehmen, da hatte ich Utrogest 100. Wie hoch das E2 vorher war weiß ich nicht, kann mal hinfahren und mir die alten Werte geben lassen, soll ja auf 100 hoch. Fett nur an den Moobs, hab bisher sogar 4 Kilo gewollt runter. Mach 16:8, mal bisschen Leber entlasten PRL=Prolaktin, noch höher, echt jetzt! Auf Milchproduktion würd ich gern verzichten. Ist jetzt LH und FSH erhöht gut oder schlecht. Wohl eher schlecht, wenn ich les E2 senkt LH DHEA, keine Ahnung wurde nicht geprüft, DHT ebenfalls nicht, geht das übers Blut? Auf eine Glucocorticoide Therapie würd ich gern verzichten, da frag ich erst mal beim Endo nach

Die alten Werte sind uninteressant. Nein Prolaktin muss nicht höher werden. Erhöhtes LH und FSH ist schlecht. Geht alles übers Blut.

Woher man das weis? Viele Fachbücher, und Transenforen. Der Rest speziell wegen den Haaren steht hier im Forum und auf HLT

Frank67 schrieb am Sun, 03 July 2022 00:00

Das versteh ich nedZitat:

unterm strich sind die androgene in den Endprodukten fast gleich hoch wie wenn du 6 ng/ml T aus den hoden hättest

welche Endprodukte, meinst du die NNR und wieso gleich hoch, gibts da Vergleichstabellen.

ja die Androgene aus der NNR die den ursprünglichen Zustand vor der Vasektomie auszugleichen versucht

Frank67 schrieb am Sun, 03 July 2022 00:00

Was ist eine aggressive early wildfire aga, plötzlich schnell fortschreitender HA?

Ja

Frank67 schrieb am Sun, 03 July 2022 00:00

DHEA, DHT, Streßhormone, Cortisol, Noch irgendwas?

Estradiol (E2), Progesteron, Testosteron

Aus DHEA kann über Androstendion DHT werden (backdoor pathway). Frag mal deinen Endo ob er Androstendion mitbestimmen lässt.

Frank67 schrieb am Sun, 03 July 2022 00:00

Was anderes, wieso krieg ich immer beim Antworten den ersten Beitrag angezeigt und ned den Letzten, kenn das von keinem anderem Forum.

Keine Ahnung, aber beim Zitieren wird mir der letzte Beitrag angezeigt

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Sun, 03 Jul 2022 10:41:04 GMT

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

---

Ich muss was korrigieren, sorry

"ja die Androgene aus der NNR die den ursprünglichen Zustand vor der Orchiektomie auszugleichen versucht"

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Sun, 03 Jul 2022 13:54:36 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Sun, 03 July 2022 12:41Ich muss was korrigieren, sorry

"ja die Androgene aus der NNR die den ursprünglichen Zustand vor der Orchiektomie auszugleichen versucht"

Hatte ich mir schon gedacht

Torsti schrieb am Sun, 03 July 2022 10:34Frank67 schrieb am Sun, 03 July 2022 00:00  
Was anderes, wieso krieg ich immer beim Antworten den ersten Beitrag angezeigt und ned den Letzten, kenn das von keinem anderem Forum.

Keine Ahnung, aber beim Zitieren wird mir der letzte Beitrag angezeigt

Öh jetzt, gehts - cookies mal gelöscht

Torsti schrieb am Sun, 03 July 2022 10:34Frank67 schrieb am Sun, 03 July 2022 00:00  
DHEA, DHT, Streßhormone, Cortisol, Noch irgendwas?

Estradiol (E2), Progesteron, Testosteron

Aus DHEA kann über Androstendion DHT werden (backdoor pathway). Frag mal deinen Endo ob er Androstendion mitbestimmen lässt.

Estradiol (E2), Progesteron, Testosteron sind eh dabei, Androstendion versuch ich noch testen zu lassen

Torsti schrieb am Sun, 03 July 2022 10:34Frank67 schrieb am Sun, 03 July 2022 00:00  
Das versteh ich nedZitat:  
unterm strich sind die androgene in den Endprodukten fast gleich hoch wie wenn du 6 ng/ml T aus den hoden hättest

welche Endprodukte, meinst du die NNR und wieso gleich hoch, gibts da Vergleichstabellen. ja die Androgene aus der NNR die den ursprünglichen Zustand vor der Vasektomie auszugleichen versucht

Na so langsam sollte doch klar sein, dass da nix mehr ist - doof das. Passt sich da der Körper vllt. mal an, bitte.

Torsti schrieb am Sun, 03 July 2022 10:34

Die alten Werte sind uninteressant. Nein Prolaktin muss nicht höher werden. Erhöhtes LH und FSH ist schlecht. Geht alles übers Blut.

Woher man das weis? Viele Fachbücher, und Transenforen. Der Rest speziell wegen den Haaren steht hier im Forum und auf HLT[/b]

Prolaktin mit Progesteron verwechselt, sorry, LH und FSH runter, nur wie, mehr E2?  
In 3 Wochen is Blutentnahme, schreib mir jetzt mal alles auf und hoffe ich krieg ein paar Antworten

Versuch jetzt noch DHEA, DHT, Streßhormone, Cortisol, Androstendion testen zu lassen

Danke sehr

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [FarlaneLeft](#) on Sun, 03 Jul 2022 15:43:59 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Mal ne dumme Frage: Habt ihr die HRT nur wegen dem Haarausfall gemacht, oder weil ihr generell weiblicher werden wolltet? Wenn ihr es nur für die Haare getan habt: Hat Fin und co bei euch nicht gewirkt, dass ihr zu so drastischen Maßnahmen greifen musstet?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sun, 03 Jul 2022 17:50:35 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

FarlaneLeft schrieb am Sun, 03 July 2022 17:43  
Mal ne dumme Frage: Habt ihr die HRT nur wegen dem Haarausfall gemacht, oder weil ihr generell weiblicher werden wolltet? Wenn ihr es nur für die Haare getan habt: Hat Fin und co bei euch nicht gewirkt, dass ihr zu so drastischen Maßnahmen greifen musstet?  
nur wegen der Haare, weil ich den verschlimmerten Status nicht mehr ertragen konnte. Fin und Minox nehme ich mittlerweile doch dazu, keine Ahnung ob es wirkt aber ich warte noch auf die Laborergebnisse. Ich sehe jetzt besser aus als pre-HRT, auch das Haar. Weiblicher werden macht mir nichts aus. Ganz Frau sein hätte seine Nachteile: Beim Friseur muss ich mehr

bezahlen und der Automechaniker lügt mich an.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [FarlaneLeft](#) on Sun, 03 Jul 2022 17:56:23 GMT

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

---

Aber das bringt doch heftige Symptome mit sich, oder? Kamst du mit konventionellen Mitteln nicht zu guten Ergebnissen? Brüste, Muskelathropie, Libidoverlust etc. Ist es das bisschen Haar wirklich wert? Und wieso nicht einfach ein Haarteil? Oder eine HT bei einem amerikanischen Top chirurgen für 50.000 Dollar? Warum hast du dich für eine hrt entschieden? Da ist soch selbst DuTa nichts gegen.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:10:15 GMT

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

---

Torsti schrieb am Sun, 03 July 2022 19:50FarlaneLeft schrieb am Sun, 03 July 2022 17:43Mal ne dumme Frage: Habt ihr die HRT nur wegen dem Haarausfall gemacht, oder weil ihr generell weiblicher werden wolltet? Wenn ihr es nur für die Haare getan habt: Hat Fin und co bei euch nicht gewirkt, dass ihr zu so drastischen Maßnahmen greifen musstet?  
nur wegen der Haare, weil ich den verschlimmerten Status nicht mehr ertragen konnte. Fin und Minox nehme ich mittlerweile doch dazu, keine Ahnung ob es wirkt aber ich warte noch auf die Laborergebnisse. Ich sehe jetzt besser aus als pre-HRT, auch das Haar. Weiblicher werden macht mir nichts aus. Ganz Frau sein hätte seine Nachteile: Beim Friseur muss ich mehr bezahlen und der Automechaniker lügt mich an.

beim frisör zahle ich immer schon sehr viel mehr - immer den frauentarif

100-150 eur pro besuch :uhoh:

der mechaniker kann mich nicht anlügen, weil ich ein bisschen was auch weiß :d

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:11:54 GMT

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

---

FarlaneLeft schrieb am Sun, 03 July 2022 19:56Aber das bringt doch heftige Symptome mit sich, oder? Kamst du mit konventionellen Mitteln nicht zu guten Ergebnissen? Brüste, Muskelathropie, Libidoverlust etc. Ist es das bisschen Haar wirklich wert? Und wieso nicht einfach ein Haarteil? Oder eine HT bei einem amerikanischen Top chirurgen für 50.000 Dollar?

Warum hast du dich für eine hrt entschieden? Da ist soch selbst DuTa nichts gegen.

klar..wir warten bis wir 50k usd zusammen haben dann gehts ab in die usa

Nw7 HT macht max NW3

toll

im endeffekt ist man dann komplett durchvirilisiert und hässlich ende nie x(

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [FarlaneLeft](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:18:09 GMT

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

---

durchvirilisiert? Also bist du eine Frau? Oder willst du einfach weiblich aussehen? Und nochmal zu meiner Frage: Wenn es wirklich nur um den Haarausfall geht: Haben ALLE gängigen Behandlungen (Fin, Dut, Minox, RU) nicht gewirkt, dass ihr eine HRT macht?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike.](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:23:46 GMT

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

---

FarlaneLeft schrieb am Sun, 03 July 2022 20:18durchvirilisiert? Also bist du eine Frau? Oder willst du einfach weiblich aussehen? Und nochmal zu meiner Frage: Wenn es wirklich nur um den Haarausfall geht: Haben ALLE gängigen Behandlungen (Fin, Dut, Minox, RU) nicht gewirkt, dass ihr eine HRT macht?

bei mir hat fin/minox/dut alles oral - nix bewirkt

tonsur und ecken wurden immer größer - diue haare wurden immer dünner und durchsichtiger - weniger haare am ganzen kopf  
größere Talgdrüsen, größere Poren - volles Programm zum alten herren.

HRT (E2, P4, CPA etc) inkl fin/dut/minox - oral hat dann was bewirkt

NW1 und die 50k kann ich mir sparen für eine FFS und eine Anzahlung für eine ETW :d 8)

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [Praktikant](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:23:52 GMT

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

---

FarlaneLeft schrieb am Sun, 03 July 2022 19:56Aber das bringt doch heftige Symptome mit sich,

oder? Kamst du mit konventionellen Mitteln nicht zu guten Ergebnissen? Brüste, Muskelathropie, Libidoverlust etc. Ist es das bisschen Haar wirklich wert? Und wieso nicht einfach ein Haarteil? Oder eine HT bei einem amerikanischen Top chirurgen für 50.000 Dollar? Warum hast du dich für eine hrt entschieden? Da ist soch selbst DuTa nichts gegen. Konventionelle Mittel sind mir am Anfang nicht in den Sinn gekommen, nur Geschlechtsumwandlung, Ich weis doch was bei mir funktioniert. Dut habe ich nie probiert. Heftige Symptome können vorkommen. Von Muskelathropie merk ich nix. Brüste wenn man sie so nennen kann sind eher Bienenstiche Ich falle im Schwimmbad garnicht auf damit weil jeder Opa größere hat. Der Bademeister ist noch nie zu mir gekommen und hat gesagt Fräulein ziehen sie sich bitte was an. Und weil ich keine Frauensachen trage lästert auch keine Frau über mich "die Schlampe hat noch nicht mal einen BH an" Die Haare sind es mir wert. Hätte ich 50000 würde ich bestimmt eine HT machen lassen um die Hairline rund zu bekommen. Ich bin neidisch auf Frauen bezüglich der Haare.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:26:01 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Sun, 03 July 2022 20:23..... Hätte ich 50000 würde ich bestimmt eine HT machen lassen um die Hairline rund zu bekommen. Ich bin neidisch auf Frauen bezüglich der Haare.

dito und dito

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [FarlaneLeft](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:31:00 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Darf man nach dem Alter fragen? Und was habt ihr für eure Hasre geopfert? Habt ihr noch männliche Bedürfnisse/Triebe? Habt ihr Partner, die euch entsprechend unterstützen? Deren Sexleben leidet ja auch. Und gerade richtige Transgender (Also die, die ne HRT nicht wegen der Haare machen) leiden oft unter erheblichen NWs. Bleibt das bei euch komplett aus? Und Stichwort schwimmbad: Es ist unfassbar schwer für Frauen oder Männer mit wenig Androgen einen "maskulinen" Körper aufzubauen. Stört euch das nicht oder wie geht ihr damit um?

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [FarlaneLeft](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:32:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Aber warum neidisch auf Frauen? Es gibt extrem viele Typen, sogar Ü60, die einen perfekten

---

NW0 haben. Warum sollte man(n) auf die Haare von Frauen neidisch sein, wenn man sich selber als Mann fühlt.

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen

Posted by [mike](#). on Sun, 03 Jul 2022 18:36:01 GMT

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

---

FarlaneLeft schrieb am Sun, 03 July 2022 20:31 Darf man nach dem Alter fragen? Und was habt ihr für eure Haare geopfert? Habt ihr noch männliche Bedürfnisse/Triebe? Habt ihr Partner, die euch entsprechend unterstützen? Deren Sexleben leidet ja auch. Und gerade richtige Transgender (Also die, die ne HRT nicht wegen der Haare machen) leiden oft unter erheblichen NWs. Bleibt das bei euch komplett aus? Und Stichwort schwimmbad: Es ist unfassbar schwer für Frauen oder Männer mit wenig Androgen einen "maskulinen" Körper aufzubauen. Stört euch das nicht oder wie geht ihr damit um?

36.

Haarstatus wie als 18-jähriger (leichte Ecken) - Tonsur, Ausdünnung vorne wurde umgekehrt/restauriert das Haar ist insgesamt griffiger und dicker. (und lang - Pferdeschwanz/Brustlang).

eine korrekt durchgeführte HRT macht keine NW

Veränderungen aber keine NW

Sexualtriebe werden schwächer und es ändert sich komplett... wenn man jedoch "lust" hat - geht auch was

warum sollten TFrauen nicht wegen den haaren machen?  
volles kräftiges haar ist das weibliche sexualmerkmal schlechthin

für was einen "maskulinen" körper aufbauen?

maskulin wirkt für mich immer etwas wie ein hampelmann (und steif - lächerlich) :lol:  
lieber nicht (bei mir)

androgyn/androfeminin oder feminin reicht schon ;)

heißt aber nicht..das man sich gehen lassen soll.. durchtrainiert und straff sieht in jedem fall besser aus ;)

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:39:06 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

FarlaneLeft schrieb am Sun, 03 July 2022 20:32Aber warum neidisch auf Frauen? Es gibt extrem viele Typen, sogar Ü60, die einen perfekten NW0 haben. Warum sollte man(n) auf die Haare von Frauen neidisch sein, wenn man sich selber als Mann fühlt.  
99,9999% männerhaar ist ekelhaft und ganz anders in der Beschaffenheit :thumbsdown:

jeder mann mit noch scheinbar so guten haaren hat sichtbare Mängel

ich habe noch nie einen mann gesehen, der auf das Niveau von durchschnittlichen Frauen heran kommt

:  
klar.....elvis hatte schönes haare

es war jedoch auch männerhaar und ein maskulines sexualmerkmal  
hat mir auch gut gefallen..jedoch möchte ich nicht so haar haben wie elvis

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:41:49 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

FarlaneLeft schrieb am Sun, 03 July 2022 20:32Aber warum neidisch auf Frauen? Es gibt extrem viele Typen, sogar Ü60, die einen perfekten NW0 haben. Warum sollte man(n) auf die Haare von Frauen neidisch sein, wenn man sich selber als Mann fühlt.  
Die andern Typen bin ich aber nicht, NW0 hatte ich schon sehr lange nicht mehr. Seitdem ich Hormone schlucke ist es mit dem männlichen Empfinden sowieso vorbei. Frau sein ist schöner da wachsen die Haare besser, Hautprobleme sind weg, im Kopf funktioniert alles besser und ich bin nervlich entspannter.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [mike.](#) on Sun, 03 Jul 2022 18:42:58 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Sun, 03 July 2022 20:41FarlaneLeft schrieb am Sun, 03 July 2022 20:32Aber warum neidisch auf Frauen? Es gibt extrem viele Typen, sogar Ü60, die einen perfekten NW0 haben. Warum sollte man(n) auf die Haare von Frauen neidisch sein, wenn man sich selber als Mann fühlt.

Die andern Typen bin ich aber nicht, NWO hatte ich schon sehr lange nicht mehr. Seitdem ich Hormone schlucke ist es mit dem männlichen Empfinden sowieso vorbei. Frau sein ist schöner da wachsen die Haare besser, Hautprobleme sind weg, im Kopf funktioniert alles besser und ich bin nervlich entspannter.

:thumbup:

dito

"Frau sein" -> ein androgyner(~feminisierter) Mann sein bei mir.

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Sun, 03 Jul 2022 19:49:56 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Ich mach die HRT ned wegen den Haaren, wens doch noch besser werden sollte, wärs aber ne gute NW. Wobei ich auch sagen muss, Haare mag ich nur auf den Kopf. Körperbehaarung und Bart sind einfach bäh, Gott sei Dank bin ich da im Großen und Ganzen verschont geblieben. Ich mach sie um mich besser zu fühlen, da ich mich weder so richtig als Mann/Frau sehe.

54 - Ja zu spät angefangen, habs verleugnet/verdrängt, aber das kann ich jetzt auch nimmer ändern. Immer Mann gespielt, aber iwann gings nimmer. Komplett Frau is aber auch nix und wird auch nix mehr.

Für mich überwiegen die Vorteile die Nachteile. Hoffe @Torsti hat nix dagegen, dass ich mir mal die Aufstellung klaue und anpasse.

Vorteile:

- Ich hab mehr Antrieb
- Bin weniger nervös
- Adern quellen nicht mehr so aus den Armen raus
- Bart wächst langsamer
- Die Körperbehaarung wird dünner und wächst langsamer
- Das Körpergefühl ist anders
- Der Körpergeruch hat sich verändert
- Ich schwitzte nicht mehr so stark
- Der Geruchssinn wurde besser
- Der Geschmackssinn hatte sich verändert, leider schmeckt mir Schoki noch besser
- Ich komme morgens schneller aus dem Bett
- Mehr Ausdauer bei leichter Arbeit, bei schwerer Arbeit das Gegenteil
- Blutdruck ist niedriger
- Bin ausgeglichener, fahre nimmer so schnell aus der Haut
- trockener schwächerer Orgasmus, war aber auch schon vor der HRT so

- War am Anfang sehr nahe am Wasser gebaut, jetzt besser
- Haare sind lang nicht mehr so fettig
- Brustwarzen empfindlich, guggen die ganze Zeit neugierig raus - ginge auch bei Nachteil

Nachteile:

- Finger-und Fußnägel sind brüchig geworden
- Haut ist etwas empfindlicher, trockener
- Die Moobs wurden größerer, ins Schwimmbad möchte ich damit nimmer, aber ich war da zuletzt eh vor 15 J drin. Hab nen chronischen Pruritus (Juckreiz), längerer Wasserkontakt oder sehr warm duschen macht ihn schlimmer. Da hilft auch keine Creme. Ansonsten halt ich ihn mit einer Allergietablette alle 4-5 Tage in Schach. Ich merk den dann gar nicht mehr.

Partnersuche bin ich erst mal durch, nie die/den Richtige\*n gefunden

50000 na die hätt ich gern, hab grad meine ETW abbezahlt

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Tue, 02 Aug 2022 18:41:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hi, kurz mal ne Meldung und Frage.

Hatte Minox am Anfang 2x tägl. mit 2,5% ca. 40 Tage angewendet und bin jetzt seit etwa 15 Tage auf 2x 5% hoch. Mehr/weniger Haarausfall stell ich nicht fest. Den tagsüber krieg ich bei der Arbeit ned mit und in der Dusche sind nach dem täglichen Haare waschen auch ned mehr im Feinsieb als vorher, rein optisch.

Haarwaschen tu ich im Wechsel mit Alpecin Coffein und Isana Med jeden Tag Shampoo und Ketozin 2% jeden Mittwoch und Samstag. Sind dann auch die 2 Tage für den Pflasterwechsel.

Blut wurde abgezapft, leider war ich zu früh da, nur die normalen Blutwerte waren verfügbar. Leider hat mir einer (Kreatinin) die Füße weg gezogen. Meine Nieren geben wohl auf. Wert von 1.07 (letzte Blutabnahme) vor 3 Monaten hoch auf 1.6, Chronische Niereninsuffizienz oder so.

Frage, geht Minox auf die Nieren, find da nix drüber, nur andere Nebenwirkungen von denen ich bis jetzt, außer dem etwas niedrigeren Blutdruck (dafür isses ja eigentlich) nix hab.

Ein Scheiß, eh  
Frank

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Praktikant](#) on Tue, 02 Aug 2022 22:10:42 GMT

---

@Frank

Mach doch deinen eigenen Thread auf für sowas, weil das hat jetzt nichts mit mir oder Hormonen was zu tun.

LG

---

---

Subject: Aw: Meine HRT-Erfahrungen  
Posted by [Frank67](#) on Thu, 25 Aug 2022 08:15:13 GMT

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

---

Geb dir recht der letzte Beitrag von mir hatte bis auf das Blutabzapfen nicht mit Hormonen oder dir zu tun. Dacht halt ich schreibs da mal mit rein, da ich ned in zwei Threads schreiben wolle. Ich mach nen eigenen Beitrag auf.

Lg Frank

---

---

Subject: 14 Monate HRT  
Posted by [Praktikant](#) on Thu, 25 Aug 2022 13:27:18 GMT

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

---

Update zum 14. Monat

P4 trage ich seit zwei Monaten als Gel im Gesicht auf. Weg mit den Falten, her mit der Jugend. Die Tube muss mal aufgebraucht werden was sollte ich sonst mit dem Rest P4-Gel machen? Danach mache ich wieder mit Progestan weiter.

Ich habe DHEA zum Regimen hinzugefügt um zu schauen was passiert. 25mg DHEA entspannt mich. Applikation sublingual an Fin-Tagen abends und 1mg Fin mittags 2 Wochen on/off. Vielleicht neutralisiert es sich.

Estradiol habe ich auf die Hälfte reduziert E2-Gel 1-0-1 0,75mg unter Frischhaltefolie an den Oberschenkeln

Weiter sprühe ich mir Minox 5% 1-0-1 in den Haaransatz. Die GHE sehen besser aus wie auch der Hinterkopf. CPA ist OFF und habe seitdem keine Orgasmusstörungen mehr

Ich werde für jünger gehalten oder für eine Frau, von jedem ganz unterschiedlich zwischen 20 und 27, seltener über 30 Jahre, keine Ahnung warum. Meine Brüste haben sich zurückgezogen sind aber noch zu spitz. Die Männer gucken schon, ich mag das nicht. Mein Würmchen lebt schon wieder, da freuen sich die Frauen und ich kann ich bei der Arbeit nicht mehr konzentrieren. Meine Haare sind immernoch dünn und hairline noch zu hoch.

vielleicht interessant:

- Mein Testo ist im Keller aber meine Muckis sind gewachsen
  - Ich treibe Sport und baller mir Kreatin rein aber mein DHT liegt im weiblichen Bereich
- 

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT

Posted by [mike](#) on Thu, 25 Aug 2022 13:35:05 GMT

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

---

Interessant... :arrow:

Danke für das Update.

Geht DHT dank Dhea rauf?

Langfristig wäre das interessant

---

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT

Posted by [Christian24](#) on Thu, 25 Aug 2022 14:04:45 GMT

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

---

Hallo,

seit wann ist CPA off? Was meinst du genau mit Orgasmusstörungen? Ich merke unter CPA nur das es ewig dauert, der Orgasmus dafür dann umso intensiver ist.

---

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT

Posted by [Praktikant](#) on Thu, 25 Aug 2022 14:17:15 GMT

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

---

Christian24 schrieb am Thu, 25 August 2022 16:04Hallo,

seit wann ist CPA off? Was meinst du genau mit Orgasmusstörungen? Ich merke unter CPA nur das es ewig dauert, der Orgasmus dafür dann umso intensiver ist.

Seit 2 Monaten. Nein bei mir war er nur ganz kurz und nicht intensiv und immernoch männlich, es hat auch nicht ewig gedauert bis es dazu kam.

---

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT

---

Posted by [Christian24](#) on Fri, 26 Aug 2022 05:10:10 GMT

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

---

Torsti schrieb am Thu, 25 August 2022 16:17Christian24 schrieb am Thu, 25 August 2022 16:04Hallo,

seit wann ist CPA off? Was meinst du genau mit Orgasmusstörungen? Ich merke unter CPA nur das es ewig dauert, der Orgasmus dafür dann umso intensiver ist.

Seit 2 Monaten. Nein bei mir war er nur ganz kurz und nicht intensiv und immernoch männlich, es hat auch nicht ewig gedauert bis es dazu kam.

Danke für deine Erfahrung. Das heißt mit 2 Hub E2 Gel pro Tag hältst du dein Testo im Keller? Von welchen Werten sprechen wir da, unter 1? Wie ich es abgesetzt habe, war ich nach einem Monat trotz E2 Substitution bei einem Wert von knapp 2.

---

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT

Posted by [Praktikant](#) on Fri, 26 Aug 2022 22:26:55 GMT

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

---

Christian24 schrieb am Fri, 26 August 2022 07:10

Danke für deine Erfahrung. Das heißt mit 2 Hub E2 Gel pro Tag hältst du dein Testo im Keller? Von welchen Werten sprechen wir da, unter 1? Wie ich es abgesetzt habe, war ich nach einem Monat trotz E2 Substitution bei einem Wert von knapp 2.

Testo war bei 0,13 als ich noch 4 Hübe E2 nahm und 12,5mg CPA. Neue Werte seit der Umstellung Ende Juni habe ich noch nicht. Erst im November lasse ich wieder Blutwerte bestimmen.

---

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT

Posted by [Praktikant](#) on Fri, 26 Aug 2022 22:46:38 GMT

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

---

mike. schrieb am Thu, 25 August 2022 15:35

Interessant... :arrow:

Danke für das Update.

Geht DHT dank Dhea rauf?

Langfristig wäre das interessant

Ich glaube schon, deswegen nehme ich es mit Fin zusammen.

---

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT  
Posted by [Christian24](#) on Sun, 28 Aug 2022 09:14:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Torsti schrieb am Sat, 27 August 2022 00:26Christian24 schrieb am Fri, 26 August 2022 07:10  
Danke für deine Erfahrung. Das heißt mit 2 Hub E2 Gel pro Tag hältst du dein Testo im Keller? Von welchen Werten sprechen wir da, unter 1? Wie ich es abgesetzt habe, war ich nach einem Monat trotz E2 Substitution bei einem Wert von knapp 2.  
Testo war bei 0,13 als ich noch 4 Hübe E2 nahm und 12,5mg CPA. Neue Werte seit der Umstellung Ende Juni habe ich noch nicht. Erst im November lasse ich wieder Blutwerte bestimmen.

Ok, danke. Interessant ist der Rückgang der Brust, der ja doch für ein Ansteigen der Androgene spricht.

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT  
Posted by [Praktikant](#) on Sun, 28 Aug 2022 09:43:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Christian24 schrieb am Sun, 28 August 2022 11:14  
Ok, danke. Interessant ist der Rückgang der Brust, der ja doch für ein Ansteigen der Androgene spricht.  
Ein wenig kleiner sind sie schon. ich sehe meiner Mutter ähnlicher und dem früheren ich von vor 18 Jahren. das ich wieder Druck auf den Eiern habe will ich aber nicht zu laut sagen, die Transenstecher rennen mir sonst die Bude ein. Auf Travesta habe ich mich schon abgemeldet was sich da auf meinem Profil rumgetriebl hat möchte ich nicht sehen wenn ich den Duschvorhang aufziehe.

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT  
Posted by [mike.](#) on Sun, 28 Aug 2022 21:40:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Verjüngt dich das exogen DHEA oder war das vor DHEA auch schon so?

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT  
Posted by [mike.](#) on Sun, 28 Aug 2022 21:45:44 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Vllt interessant..

Hohes E2 macht alt (EDS, wenig Androgen und gestagen)

Hohes DHT macht Alt

CPA macht alt.

Hohe glucocortococide machen alt... Mängel macht auch alt.

Hohes T, DHEA, P4 wären verjüngend

Wenn je DHT nicht so hoch gehen würden

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT

Posted by [Praktikant](#) on Mon, 29 Aug 2022 22:40:43 GMT

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

---

mike. schrieb am Sun, 28 August 2022 23:40

Verjüngt dich das exogen DHEA oder war das vor DHEA auch schon so?

Das war vorher auch schon so. Ich werde seit der HRT oft für minderjährig gehalten oder für eine Frau. Da denkt man an nichts Böses und dann heißt es auf einmal an der Kasse: "Kann ich mal ihren Ausweis sehen da ist was mit ihrem Alter".

Ich war mal bei einem Betrieb zu besuch und hab mich dort mit einer jungen Frau unterhalten und irgendwann meinte sie so "Und wie alt bist du 15, 16, 17..?" Ich nur "Ja!", weil ich sie nicht bis 26 zählen lassen wollte.

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT

Posted by [mike.](#) on Tue, 30 Aug 2022 09:18:16 GMT

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

---

Was nimmst du eigentlich alles?

Auf Dauer 0,13 mg/ml T.

. Ob die haut straff bleibt?

So jung aussehen würde ich auch gerne wieder...

Viele antiandrogene machen Cellulite am ganzen Körper und dann wars das mit der optischen Jugend

Weiß wer von euch eine Testosteron Quelle? Außer pharmaonline.. Die sind nie da und diebeutel sind unpraktisch..

Tostran wäre ein gutes Mittel

Ohne Testosteron = dünne Haare.

---

Subject: Aw: 14 Monate HRT  
Posted by [Praktikant](#) on Wed, 31 Aug 2022 21:58:39 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

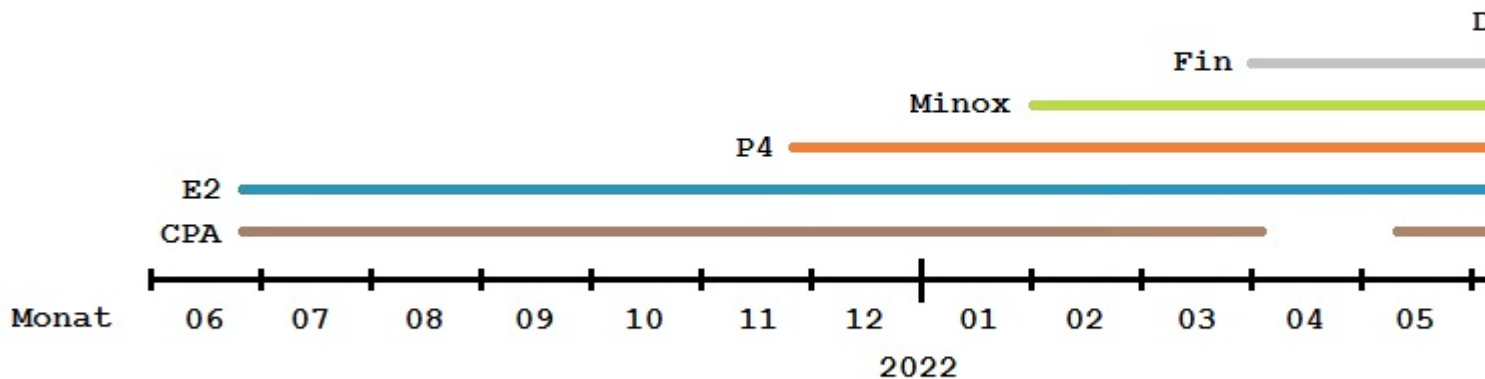
---

Momentan nehme ich 1,5g E2-Gel (Gynokadin) unter Folie an den Oberschenkeln, Minox topisch (Minoxicutan 5%) an Front und P4-Gel (Progestogel) im Gesicht. Ansonsten Multivitamin, Magnesium, Grüntee, Koffein, Capsaicin über die Nahrung, Aminos, Zink, Creatin, alles

Morgen geht es wieder mit Fin + DHEA weiter.

#### File Attachments

1) [HRT2021-2022.jpg](#), downloaded 402 times




---

Subject: Aw: 14 Monate HRT

Posted by [daniel91](#) on Wed, 31 Aug 2022 22:18:59 GMT

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

Nur noch CPA 12.5mg+4mg E2 hier.

Haare werden mir langsam egal, es gibt auch wunderschöne bald girls.

[https://www.reddit.com/r/happy/comments/wyikwg/its\\_my\\_birthday\\_today\\_i\\_dressed\\_up\\_to\\_resemble/](https://www.reddit.com/r/happy/comments/wyikwg/its_my_birthday_today_i_dressed_up_to_resemble/)

hab mich ein wenig verliebt.

---

Subject: Nachtrag

Posted by [Praktikant](#) on Sat, 10 Feb 2024 11:33:17 GMT

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

Hallo Leute!

Also 2023, das war so...

Am 7.2.2023 hatte ich Minox topisch abgesetzt und Wochen später mit Minox oral mit 0,5mg angefangen. Dieses vorsichtig bis 0,7mg gesteigert und nach zehn Wochen abgesetzt. Ich hatte gelegentlich Herzrasen, vor allem im Sommer. Vielleicht hat ein Betablocker gefehlt. Mit den Haaren ist unter Minox nichts passiert. Auf anderen Körperstellen sind auch

keine Haare nach Kontakt und oraler Anwendung gewachsen. Ich bin sicher ein Non-Responder.

Danach ging es ab Ende Juli mit Dut 0,5mg weiter bis heute. es hat mir nix gebracht an der Front, deswegen setze ich es nächste Woche ab.

E2 und P4 nehme ich weiter. Da hab ich nichts geändert.

Noch zweimal Laborwerte:

Vom 20.06.2023

T ----- 0,17 ng/ml  
LH ----- 0,24 IU/L  
FSH ----- 0,31 IU/L  
E2 -----49 pg/ml  
Prolaktin ----- 12,32 ng/ml  
SHBG -----27,0 nmol/L  
Freier Androgenindex --- 2,20 kA

Vom 12.12.2023

T ----- 0,18 ng/ml  
LH ----- 0,12 IU/L  
FSH ----- 0,23 IU/L  
E2 ----- 179 pg/ml (2h nach dem Auftragen)  
Prolaktin----- 16,62 ng/ml  
SHBG ----- 27nmol/L  
Freier Androgenindex -- 2,3kA