
Subject: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Ben Newton](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:07:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

is gibt ja mehrere Studien das Grüntee DHT blocken kann zwar nicht so krass
wie Fin 1mg aber vlt hilft es ja bei leichten Haarausfall

wieviel Tassen Tee muss ich zum DHT blocken pro Tag trinken?

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [positron](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:23:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wo sind diese Studien zu finden?

Ich bin ja leidenschaftlicher Grüntetrinker und trinke wenigstens 3 Tassen am Tag, aber gegen
AGA hilft Grüntee imo höchstens indirekt ...

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Ben Newton](#) on Sat, 19 Nov 2022 18:31:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

positron schrieb am Sat, 19 November 2022 19:23Wo sind diese Studien zu finden?

Ich bin ja leidenschaftlicher Grüntetrinker und trinke wenigstens 3 Tassen am Tag, aber gegen
AGA hilft Grüntee imo höchstens indirekt ...

was heisst es hilft gegen AGA indirekt bei dir??

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [pilos](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:08:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

es hilft gar nicht

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Ben Newton](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:12:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

komsicher das google tausende Seiten anzeigt wo was anderes steht aber du Muskelmann kennst dich ja aus

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [positron](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:14:44 GMT

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

Nicht trollen, Seiten liefern ;)

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:15:17 GMT

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

pilos schrieb am Sat, 19 November 2022 20:08

es hilft gar nicht

Das ist absolut nicht korrekt.

Er braeunt mehrfach weltweit belegt subkutanen Fett, bzw interagiert sein Genuss mit UCP1 u. A Ucp s.

Der gleiche Effekt wie kalte.

Und darum geht es, nur darum.

Alle antiandrogene machen das indirekt.

Natürlich wirkt Gruentee nur synergetisch.

Fett braeunen nutzt nichts, wenn durch z. B DHT immer wieder Fett aufgehellte und abgebaut wird.

Die DHT Hemmung durch Gruentee ist sekunde.

Kann vernachlässigt werden

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Ben Newton](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:31:07 GMT

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

grüntee hilft

aber ja schluckt weiter euer Fin 1mg

jo Sunken Eyes,impotenz,Brustkrebsgefahr

läuft bei euch..

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:42:52 GMT

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

Ben Newton schrieb am Sat, 19 November 2022 19:07is gibt ja mehrere Studien das Grüntee DHT blocken kann zwar nicht so krass wie Fin 1mg aber vlt hilft es ja bei leichten Haarausfall

wieviel Tassen Tee muss ich zum DHT blocken pro Tag trinken?o

Hallo

Warum der helfen kann hab ich ja gerade geschrieben.

Nicht wegen DHT..., da hat Pilos recht.

Ich trinke c. A 1 Liter am tag

Es sollte schon Tee aus einem Bioladen, oder von z. B Tee Gschwender sein.

Also kontrollierte Qualität.

Reich an epigallocatechinen(das braucht die Haut), ist die erste Lesung(ernte). Die zweite auch noch.

Am geeigeten ist Matcha Tee. Nur ist der leider teuer.

Ist nur als add on geeignet.

Vom Tee alleine kommen wohl keine Verbesserungen. Auch hier hat pilos ein bißchen recht

Ernstgemeinte Gruentee Konsum kann aber jede Basisbehandlung potentieren.

Gruss

F

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [positron](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:44:42 GMT

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

Zitat:grüntee hilft

aber ja schluckt weiter euer Fin 1mg

jo Sunken Eyes,impotenz,Brustkrebsgefahr

läuft bei euch..

Dann google lieber nicht wo deine 1,29 EUR Grüner Tee Teebeutel herkommen :lol:

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:46:03 GMT

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

Ben Newton schrieb am Sat, 19 November 2022 20:31grüntee hilft

jo Sunken Eyes,impotenz,Brustkrebsgefahr

lh..

Solche Aussagen sind mal wieder ein Fall Fuer den Faktenchecker!

Der kommt gleich.....

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [positron](#) on Sat, 19 Nov 2022 19:49:51 GMT

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

Muss kein Matcha sein ... eine Mischung verschiedener Sorten ist mMn sogar die bessere Variante ... Sencha, Gyokuro, Bancha ...

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Ben Newton](#) on Sat, 19 Nov 2022 20:12:34 GMT

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

kommt mir hier wie ein Pharmasekte von Finasterid vor

alles ausser Fin bringt wo nix???

keinA Ipecin?

Kein Grüntee?

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Frank1970](#) on Sat, 19 Nov 2022 20:25:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ben Newton schrieb am Sat, 19 November 2022 21:12kommt mir hier wie ein Pharmasekte von Finasterid vor

alles ausser Fin bringt wo nix???

keinA lpecin?

Kein Grüntee?
Alpecin sowieso schonmal nicht.

Ansonsten hat das keiner gesagt....

Einzig die Verleumdung gegen Fin würde angeprangert.
Fin macht kein Brustkrebs, das würde untersucht.

Und ist auch sonst sehr gut vertraglich.

Mehr Wirkung wie NW.

Solche Aussagen mal eben Daher geschrieben, halten Arme Betroffene von der medikamentösen Hilfe ab

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [kleptos](#) on Sat, 19 Nov 2022 21:07:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Habe gehört dass dich grüner tee zum lauch macht

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [lce tea](#) on Sun, 20 Nov 2022 05:30:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ben Newton schrieb am Sat, 19 November 2022 20:31grüntee hilft

aber ja schluckt weiter euer Fin 1mg

jo Sunken Eyes,impotenz,Brustkrebsgefahr

läuft bei euch..

Warum immer gleich so aggressiv. Nur weil du kein fin nehmen willst vor Angst vor möglichen Nw brauchst doch nicht so forsch gegen die Leute sein die fin nehmen.

Die obigen nw sind extrem selten. Nimm doch einfach topische bisher noch nicht zugelassene Antiandrogene wenn du so schiss vor fin hast

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Sun, 20 Nov 2022 06:20:43 GMT

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

./[quote]

Nimm doch einfach topische bisher noch nicht zugelassene Antiandrogene wenn du so schiss vor fin hast[/quote]

Dann kann er auch gleich Minox nehmen.

Dann waere wenigstens eine Wirksamkeit garantiert :d

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [lcetea](#) on Sun, 20 Nov 2022 13:41:55 GMT

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

Frank1970 schrieb am Sun, 20 November 2022 07:20

.
Nimm doch einfach topische bisher noch nicht zugelassene Antiandrogene wenn du so schiss vor fin hast[/quote]

Dann kann er auch gleich Minox nehmen.

Dann waere wenigstens eine Wirksamkeit garantiert :d

[/quote]

Ja oder beides. Oder einfach fin :-D

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 20 Nov 2022 15:07:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Frank1970 schrieb am Sat, 19 November 2022 20:15pilos schrieb am Sat, 19 November 2022 20:08

es hilft gar nicht

Das ist absolut nicht korrekt.

Er braeunt mehrfach weltweit belegt subkutanen Fett, bzw interagiert sein Genuss mit UCP1 u. A Ucp s.
Der gleiche Effekt wie kalte.

Und darum geht es, nur darum.

Alle antiandrogene machen das indirekt.

Natürlich wirkt Gruentee nur synergetisch.
Fett braeunen nutzt nichts, wenn durch z. B DHT immer wieder Fett aufgehell und abgebaut wird.

Die DHT Hemmung durch Gruentee ist sekunde.
Kann vernachlässigt werden

Quatsch.
Wie machen das dann all die Männer ohne AGA?
Die haben teilweise extrem hohe DHT-Spiegel.
Trotzdem juckt deren Kopfhaar das überhaupt nicht.

Letztlich geht alles nur um Durchblutung.

Grüntee würde ich nicht trinken, da es Koffein enthält.
Koffein blockiert die Adenosin-Rezeptoren.
Z.B. kann Minox dann kaum noch wirken, da der Effekt von Minox erst durch Adenosin zustande kommt. Dazu gibt es Studien.
Auch wenn man kein Minox nimmt:
Koffein senkt die Durchblutung zum Kopf um 27%.
Der Effekt hält sogar eine Woche an!
Wer Koffein trinkt, braucht mit AGA-Medis gar nicht erst anzufangen. Das ist Zeitverschwendung.

Wenn du DHT natürlich hemmen willst,

nimm Sägepalme, Kokosfett, Borretschöl..
da gibt es sehr vieles!
Das einfachste ist wohl Zink + Arginin topisch.
DHT oral zu hemmen, macht sowieso keinen Sinn,
da es ja nur auf der Kopfhaut wirken soll.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 20 Nov 2022 18:24:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:
Dann kann er auch gleich Minox nehmen.
Dann waere wenigstens eine Wirksamkeit garantiert :d

Ist nicht Dein Ernst?
Die Wirksamkeit von Minox
ist ganz sicher alles andere
als garantiert.
Bei mindestens 1/3 wirkt es
überhaupt nicht

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Frank1970](#) on Sun, 20 Nov 2022 20:27:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

positron schrieb am Sat, 19 November 2022 19:23Wo sind diese Studien zu finden?

Ich bin ja leidenschaftlicher Grünteetrinker und trinke wenigstens 3 Tassen am Tag, aber gegen
AGA hilft Grüntee imo höchstens indirekt ...
Ich wuerde das mit Sojabohnen kombinieren.
Einmal tgl 300 gramm sojabohnen.

Dann hemmt grüner Tee auch synergetisch DHT.

Green tea combined with SPC reduced total testosterone and DHT levels (Fig. 2A, B), suggesting
that interactive modulation of androgen levels is one of the important mechanisms for the
synergistic prevention of prostate cancer progression by the soy/green tea combination. This
study supports

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2683253/>

Und macht noch bessere Sachen.
Z. B Aronatase erhöhen, und verbessert die Qualität der Haut.

Eine gute Kombi!

@norwood.

Der anti Adenosin Effekt bei Gruentee steht nicht in relation zu den positiv wirkenden Eigenschaften

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 20 Nov 2022 20:55:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat:Der anti Adenosin Effekt bei Gruentee steht nicht in relation zu den positiv wirkenden Eigenschaften

Ich gehe bei AGA von einer Durchblutungsstörung aus.
Du hast evtl. andere Ursachen im Visier wie DHT.

Und wenn es um die Durchblutung geht, dann kann Grüntee nur Gift sein.
Denn Koffein reduziert den Blutfluss zum Kopf (wo auch die Kopfhaut sich befindet ;)) um ganze 27%. Und der Effekt hält eine Woche an.

Warum nicht Rosmarin-Tee?
Der hemmt auch DHT (wahrscheinlich sogar noch viel stärker als Grüntee), erhöht aber gleichzeitig die Durchblutung.
Rosmarin blockiert auch die Androgenrezeptoren.

Fencheltee wirkt ähnlich antiandrogen, aber vermutlich ohne durchblutungsfördernde Wirkung.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Icetea](#) on Sun, 20 Nov 2022 20:59:42 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Sun, 20 November 2022 16:07Frank1970 schrieb am Sat, 19 November 2022 20:15pilos schrieb am Sat, 19 November 2022 20:08

es hilft gar nicht

Das ist absolut nicht korrekt.

Er braeunt mehrfach weltweit belegt subkutanes Fett, bzw interagiert sein Genuss mit UCP1 u. A Ucp s.
Der gleiche Effekt wie kalte.

Und darum geht es, nur darum.

Alle antiandrogene machen das indirekt.

Natürlich wirkt Gruentee nur synergetisch.

Fett braeunen nutzt nichts, wenn durch z. B DHT immer wieder Fett aufgehellt und abgebaut wird.

Die DHT Hemmung durch Gruentee ist sekunde.
Kann vernachlässigt werden

....

Wer Koffein trinkt, braucht mit AGA-Medis
gar nicht erst anzufangen. Das ist Zeitverschwendung....

Was für ne blöde Aussage. Dann dürften niemand von den erfolgreichen Fin oder Dut oder Minox User die dadurch den HA beenden konnten Kaffe/Grüntee/Schwarztee getrunken haben. Das glaubst du ja wohl selber nicht also macht die Aussage absolut keinen Sinn und würden viele Männer ihre Haare kosten.

Deine Aussagen Norwood sind einfach viel zu extrem und radikal. Dermapen ist die Kur, wenn man Koffein zu sich nimmt braucht man keien Medis nehmen usw. Selbst wenn in manchen Aussagen ne gewisse Wahrheit stecken mag tust es immer so als ultimativ schwarz oder weiß darstellen.

Ich merke kein Unterschied egal ob ich 4 Tassen Grüntee trinke oder nicht. Meine Medis funktionieren trotzdem noch gleich gut ;-)

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 21 Nov 2022 00:45:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lcetea schrieb am Sun, 20 November 2022 21:59Norwood-packt-das-an schrieb am Sun, 20
November 2022 16:07Frank1970 schrieb am Sat, 19 November 2022 20:15pilos schrieb am Sat,
19 November 2022 20:08

es hilft gar nicht

Das ist absolut nicht korrekt.

Er braeunt mehrfach weltweit belegt subkutanes Fett, bzw interagiert sein Genuss mit UCP1 u. A Ucp s.
Der gleiche Effekt wie kalte.

Und darum geht es, nur darum.

Alle antiandrogene machen das indirekt.

Natürlich wirkt Gruentee nur synergetisch.

Fett braeunen nutzt nichts, wenn durch z. B DHT immer wieder Fett aufgeheilt und abgebaut wird.

Die DHT Hemmung durch Gruentee ist sekunde.

Kann vernachlässigt werden

....

Wer Koffein trinkt, braucht mit AGA-Medis

gar nicht erst anzufangen. Das ist Zeitverschwendung....

Was für ne blöde Aussage. Dann dürften niemand von den erfolgreichen Fin oder Dut oder Minox User die dadurch den HA beenden konnten Kaffe/Grüntee/Schwarztee getrunken haben. Das glaubst du ja wohl selber nicht also macht die Aussage absolut keinen Sinn und würden viele Männer ihre Haare kosten.

Deine Aussagen Norwood sind einfach viel zu extrem und radikal. Dermapen ist die Kur, wenn man Koffein zu sich nimmt braucht man keien Medis nehmen usw. Selbst wenn in manchen Aussagen ne gewisse Wahrheit stecken mag tust es immer so als ultimativ schwarz oder weiß darstellen.

Ich merke kein Unterschied egal ob ich 4 Tassen Grüntee trinke oder nicht. Meine Medis funktionieren trotzdem noch gleich gut ;-)

https://www.reddit.com/r/decaf/comments/obsuyj/im_convinced_caffeine_consumption_increases_hair/

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [eddygodo](#) on Mon, 21 Nov 2022 07:31:56 GMT

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

Stimme Icetea zu. Es gibt so viele Erkenntnisse und Studien, die Interessante Dinge aufzeigen. Diese Unterschiede sind aber meist nur marginal oder sind noch nicht mal bei jeder Person beobachtbar. Zum Beispiel, dass Haarausfall entsteht durch: Kaffee, Rauchen, zu wenig Sport, zu viel Sport, zu wenig Wasser, zu viel Wasser. Ohne Witz man kann sich eine Ursache ausdenken, dann Haarausfall hinter schreiben und Google wird dir dazu eine Webseite oder Studie liefern die da eine Verbindung herstellt. Daher würde ich einfach so weiter leben, wie man leben möchte.

Am besten sich Mühe geben sich gesund zu ernähren, etwas Sport zu machen. Und wenn man z.B. mal gehört hat, dass Grüntee DHT blockiert, dann gibt das erstmal ein gutes Gefühl, aber man sollte sich nicht zu viel drauf einbilden.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Mon, 21 Nov 2022 10:48:17 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Mon, 21 November 2022 01:45lcetea schrieb am Sun, 20 November 2022 21:59Norwood-packt-das-an schrieb am Sun, 20 November 2022 16:07Frank1970 schrieb am Sat, 19 November 2022 20:15pilos schrieb am Sat, 19 November 2022 20:08

es hilft gar nicht

Das ist absolut nicht korrekt.

Er braeunt mehrfach weltweit belegt subkutanes Fett, bzw interagiert sein Genuss mit UCP1 u. A Ucp s.
Der gleiche Effekt wie kalte.

Und darum geht es, nur darum.

Alle antiandrogene machen das indirekt.

Natürlich wirkt Gruentee nur synergetisch.

Fett braeunen nutzt nichts, wenn durch z. B DHT immer wieder Fett aufgehellet und abgebaut wird.

Die DHT Hemmung durch Gruentee ist sekunde.
Kann vernachlässigt werden

....

Wer Koffein trinkt, braucht mit AGA-Medis

gar nicht erst anzufangen. Das ist Zeitverschwendung....

Was für ne blöde Aussage. Dann dürften niemand von den erfolgreichen Fin oder Dut oder Minox User die dadurch den HA beenden konnten Kaffe/Grüntee/Schwarztee getrunken haben. Das glaubst du ja wohl selber nicht also macht die Aussage absolut keinen Sinn und würden viele Männer ihre Haare kosten.

Deine Aussagen Norwood sind einfach viel zu extrem und radikal. Dermapen ist die Kur, wenn man Koffein zu sich nimmt braucht man keien Medis nehmen usw. Selbst wenn in manchen Aussagen ne gewisse Wahrheit stecken mag tust es immer so als ultimativ schwarz oder weiß darstellen.

Ich merke kein Unterschied egal ob ich 4 Tassen Grüntee trinke oder nicht. Meine Medis

funktionieren trotzdem noch gleich gut ;-)

https://www.reddit.com/r/decaf/comments/obsuyj/im_convicted_caffeine_consumption_increases_hair/

Aussagen von Reddit...

So unwissenschaftlich wie.....

Das sind keine Referenzen!

Diese Leute sind keine Experten.

Sie wissen nicht warum sie Haarprobleme als Kaffeetrinker bemerken.

Es kann z. B sein, das jemand der sich spontan dazu entschließt dem Kaffee zu entsagen, plötzlich eine bessere Haarqualitaet bemerkt, weil seine Haut nun besser hydriert ist.

Denn ab einem bestimmten Maß trocknet Kafee die Haut aus.

Darunter leidet dann auch die Haarqualitaet, denn das Haar braucht Fett und Feuchtigkeit um kräftig zu wirken.

Whey Protein trocknet mich aus.

Lasse ich es weg, liegt mein Haar gleich um 50 Prozent besser, und wirkt kräftiger.

Ansonsten ist es sicher richtig das Kaffe die Nebennieren Stresen kann, generell Szressgormone erzeugt, und auch Adenosin Rezeptoren blocken kann.

Relevanz Fuer die Praxis ist hier jedoch fraglich, wenn nicht gerade den ganzen Tag über Kafee gepoettet wird.

Gruss

F

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 21 Nov 2022 12:42:40 GMT

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

Frank1970 schrieb am Mon, 21 November 2022 11:48
Norwood-packt-das-an schrieb am Mon, 21 November 2022 01:45
lcetea schrieb am Sun, 20 November 2022 21:59
Norwood-packt-das-an schrieb am Sun, 20 November 2022 16:07
Frank1970 schrieb am Sat, 19 November 2022 20:15
pilos schrieb am Sat, 19 November 2022 20:08

es hilft gar nicht

Das ist absolut nicht korrekt.

Er braeunt mehrfach weltweit belegt subkutanes Fett, bzw interagiert sein Genuss mit UCP1 u. A

Ucp s.
Der gleiche Effekt wie kalte.

Und darum geht es, nur darum.

Alle antiandrogene machen das indirekt.

Natürlich wirkt Gruentee nur synergetisch.
Fett braeunen nutzt nichts, wenn durch z. B DHT immer wieder Fett aufgehellte und abgebaut wird.

Die DHT Hemmung durch Gruentee ist sekunde.
Kann vernachlässigt werden

....
Wer Koffein trinkt, braucht mit AGA-Medis
gar nicht erst anzufangen. Das ist Zeitverschwendung....
Was für ne blöde Aussage. Dann dürften niemand von den erfolgreichen Fin oder Dut oder
Minox User die dadurch den HA beenden konnten Kaffe/Grüntee/Schwarztee getrunken haben.
Das glaubst du ja wohl selber nicht also macht die Aussage absolut keinen Sinn und würden
viele Männer ihre Haare kosten.

Deine Aussagen Norwood sind einfach viel zu extrem und radikal. Dermapen ist die Kur, wenn
man Koffein zu sich nimmt braucht man keine Medis nehmen usw. Selbst wenn in manchen
Aussagen ne gewisse Wahrheit stecken mag tust es immer so als ultimativ schwarz oder weiß
darstellen.

Ich merke kein Unterschied egal ob ich 4 Tassen Grüntee trinke oder nicht. Meine Medis
funktionieren trotzdem noch gleich gut ;-)

https://www.reddit.com/r/decaf/comments/obsuyj/im_convicted_caffeine_consumption_increases_hair/

Aussagen von Reddit...
So unwissenschaftlich wie.....

Das sind keine Referenzen!
Diese Leute sind keine Experten.
Sie wissen nicht warum sie Haarprobleme als Kaffeetrinker bemerken.
Es kann z. B sein, das jemand der sich spontan dazu entschließt dem Kaffee zu entsagen,
plötzlich eine bessere Haarqualitaet bemerkt, weil seine Haut nun besser hydriert ist.
Denn ab einem bestimmten Maß trocknet Kafee die Haut aus.
Darunter leidet dann auch die Haarqualitaet, denn das Haar braucht Fett und Feuchtigkeit um
kräftig zu wirken.

Whey Protein trocknet mich aus.
Lasse ich es weg, liegt mein Haar gleich um 50 Prozent besser, und wirkt kräftiger.

Ansonsten ist es sicher richtig das Kaffe die Nebennieren Stresen kann, generell Szressgormone erzeugt, und auch Adenosin Rezeptoren blocken kann.
Relevanz Fuer die Praxis ist hier jedoch fraglich, wenn nicht gerade den ganzen Tag über Kafee gepoettet wird.

Gruss
F

Es gibt doch mittlerweile genug Studien,
die gezeigt haben, dass NO das Wichtigste überhaupt ist.
NO hemmt Verkalkung, Fibrose, bildet neue Gefäße
und erweitert die bisherigen.
Deswegen haben Leute, die Apfelessig tranken
so große Erfolge.
Selbst dort, wo nichts als blanke Haut war,
wuchsen die Haare wieder.

Und Koffein macht das Gegenteil.
27% schlechtere Durchblutung!
Koffein senkt auch die Insulinsensitivität.
Das bedeutet dann auch, dass IGF-1
weniger wirksam ist.
Und ohne IGF-1 wachsen sowieso keine Haare.

Ich denke, dass Koffein ein bislang völlig
unterschätzter Faktor ist.
Als ich vor 20 Jahren mal 3 Monate kein
Koffein getrunken habe, habe ich 13 kg zugenommen!
Und das, obwohl ich eigentlich Hardgainer bin
und sonst niemals an Gewicht zunehme. Selbst bei 5.000
kcal am Tag nicht.
Koffein hat meinen Stoffwechsel so sehr
in die Höhe getrieben, dass ich so dünn war.

AGA ist nicht so leicht behandelbar wie manche denken.
Es genügt überhaupt nicht, nur eine Tablette am Tag
zu schlucken und sich 2x am Tag etwas Minox
zu schmieren.
Jede einzelne Maßnahme kann enorm viel bewirken.
Der Verzicht auf Koffein erhöht schon nach einer
Woche die Kopf-Durchblutung um 27% und
es ist eine Maßnahme, die jeder sofort umsetzen kann
und keinen Cent kostet.
Vor allem Leute, die fast keine Haare mehr haben
und wo ansonsten nichts geholfen hat,
könnten am meisten davon profitieren.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Mon, 21 Nov 2022 12:50:35 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Sun, 20 November 2022 21:55Zitat:Der anti Adenosin Effekt bei Gruentee steht nicht in relation zu den positiv wirkenden Eigenschaften
Ich gehe bei AGA von einer Durchblutungsstörung aus.
Du hast evtl. andere Ursachen im Visier wie DHT.

Und wenn es um die Durchblutung geht, dann kann Grüntee nur Gift sein.
Denn Koffein reduziert den Blutfluss zum Kopf (wo auch die Kopfhaut sich befindet ;)) um ganze 27%. Und der Effekt hält eine Woche an.

Warum nicht Rosmarin-Tee?
Der hemmt auch DHT (wahrscheinlich sogar noch viel stärker als Grüntee), erhöht aber gleichzeitig die Durchblutung.
Rosmarin blockiert auch die Androgenrezeptoren.

Fencheltee wirkt ähnlich antiandrogen, aber vermutlich ohne durchblutungsfördernde Wirkung.

I'm Gegensatz zu mir, gehst du einseitig von einer peripheren Durchblutungsstörung g aus.
Die ziehe ich zwar auch in Betracht, aber auch, und pathogenetisch relevanter eine subkutane Durchblutungsstörung.

Und dagen musste Gruentee helfen, da es braeunende Eigenschaften hat, die durch Bewegung und wahrscheinlich auch Soja verstärkt werden.

Nochmal zur peripheren Durchblutungsstörung...

Gruner Tee macht doch auch Plaque weg!!
Arteriellen Plaque.

Und ist gut Fuer die Gefaesse

<https://www.webmd.com/heart-disease/news/20080702/green-tea-lowers-risk-of-heart-disease>

Bleib Bz durchblutungshemmend besser beim Kaffee :d

Kann man nicht vergleichen.

Grüentee ist erschlagen gesund

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüentee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 21 Nov 2022 12:56:31 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Zitat: I'm Gegensatz zu mir, gehst du einseitig von einer peripheren Durchblutungsstörung g aus. Die ziehe ich zwar auch in Betracht, aber auch, und pathogenetisch relevanter eine subkutane Durchblutungsstörung.

Und dagegen musste Grüentee helfen, da es braunende Eigenschaften hat, die durch Bewegung und wahrscheinlich auch Soja verstärkt werden.

Nochmal zur peripheren Durchblutungsstörung...

Grüner Tee macht doch auch Plaque weg!!
Arteriellen Plaque.

Bleib Bz durchblutungshemmend besser beim Kaffee Very Happy

Kann man nicht vergleichen.

Grüentee ist erschlagen gesund
Ich gehe nicht NUR von einer peripheren Durchblutungsstörung aus. Selbstverständlich und gerade auch von einer subkutanen!!
Ich denke jedoch, dass man das nicht so strikt trennen kann.
Das geht doch alles Hand in Hand.

Und was fördert nicht alles braunes Fett? ;)
Da gibt es doch eine Menge.
Vor allem Menthol und Wundheilung.
Dazu braucht es nun wirklich keinen Grüentee, der die Durchblutung einschränkt.
Und wie gesagt, DHT hemmen tut auch Rosmarintee.
Erhöht aber gleichzeitig die Durchblutung und wirkt auch antifibrotisch (über PGE2).

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [HaartzIV](#) on Mon, 21 Nov 2022 16:21:52 GMT

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

eddygodo schrieb am Mon, 21 November 2022 08:31 Stimme Icetea zu. Es gibt so viele Erkenntnisse und Studien, die Interessante Dinge aufzeigen. Diese Unterschiede sind aber meist nur marginal oder sind noch nicht mal bei jeder Person beobachtbar. Zum Beispiel, dass Haarausfall entsteht durch: Kaffee, Rauchen, zu wenig Sport, zu viel Sport, zu wenig Wasser, zu viel Wasser. Ohne Witz man kann sich eine Ursache ausdenken, dann Haarausfall hinter schreiben und Google wird dir dazu eine Webseite oder Studie liefern die da eine Verbindung herstellt. Daher würde ich einfach so weiter leben, wie man leben möchte. Am besten sich Mühe geben sich gesund zu ernähren, etwas Sport zu machen. Und wenn man z.B. mal gehört hat, dass Grüntee DHT blockiert, dann gibt das erstmal ein gutes Gefühl, aber man sollte sich nicht zu viel drauf einbilden.

Wer an AGA leidet sollte definitiv NOCH mehr auf seine Ernährung achten.

Es geht ja nicht nur um die Haarquantität, sondern auch Qualität und die ist bei einer Ausdünnung oder dem Rückgang der Haarlinie noch viel entscheidener.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Mon, 21 Nov 2022 17:55:42 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Mon, 21 November 2022 13:56 Zitat: I'm Gegensatz zu mir, gehst du einseitig von einer peripheren Durchblutungsstörung g aus. Die ziehe ich zwar auch in Betracht, aber auch, und pathogenetisch relevanter eine subkutane Durchblutungsstörung.

Und dagegen musste Gruentee helfen, da es braunende Eigenschaften hat, die durch Bewegung und wahrscheinlich auch Soja verstärkt werden.

Nochmal zur peripheren Durchblutungsstörung...

Grüner Tee macht doch auch Plaque weg!!
Arteriellen Plaque.

Bleib Bz durchblutungshemmend besser beim Kaffee Very Happy

Kann man nicht vergleichen.

Grüentee ist erschlagen gesund
Ich gehe nicht NUR von einer peripheren
Durchblutungsstörung aus. Selbstverständlich
und gerade auch von einer subkutanen!!
Ich denke jedoch, dass man das nicht so strikt trennen kann.
Das geht doch alles Hand in Hand.

Und was fördert nicht alles braunes Fett? ;)
Da gibt es doch eine Menge.
Vor allem Menthol und Wundheilung.
Dazu braucht es nun wirklich keinen
Grüntee, der die Durchblutung einschränkt.
Und wie gesagt, DHT hemmen tut auch Rosmarintee.
Erhöht aber gleichzeitig die Durchblutung und
wirkt auch antifibrotisch (über PGE2).

Wenn ich mich so in der Literatur umschaue, dann finde ich soviel positives zu Grüentee, das ich
mit dem gesamten Gewicht das ganze Forum absaufen lassen koennte :lol:

Die Relevanz der....., durchblutungsprobleme die angeblich(Literatur?) durch Grüentee Auftreten
sollen, rueckt dann Fuer mich komplett in den Schatten.
Besonders auf No wirkt er posiriv

EGCG stimulates nitric oxide (NO) production from vascular endothelial cells similar to insulin
(see Figs. 2 and and3).3). Both insulin- and EGCG-mediated NO production is dependent on
the activation of PI3

<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4909506/>

Und bedenke.... Die vielen. Nachgewiesenen Vorteile der Asiaten.....

Wenn man das trinkt bis man absaeuft, dann kann m. E das Teein schädlich wirken.

Der Koffeingehalt hängt auch stark von der Ziehzeit ab.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..β
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Tue, 22 Nov 2022 13:03:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Frank,
in deiner Studie steht sensationelles:

Zitat:Diese endotheliale Dysfunktion wird selbst verursacht, teilweise durch durch gestörte
Insulinsignalisierung im vaskulären Endothel, was zu einer reduzierten insulinstimulierten

Produktion von NO in Arterien und Arteriolen führt
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4909506/>

Das heißt: Insulin ist verantwortlich für
die NO-Produktion?
Das lese ich zum ersten Mal.
Das bedeutet dann auch: Je stärker die
Insulinsensitivität, desto mehr NO wird gebildet?

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Frank1970](#) on Tue, 22 Nov 2022 17:23:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Tue, 22 November 2022 14:03Frank,
in deiner Studie steht sensationelles:

Zitat:Diese endotheliale Dysfunktion wird selbst verursacht, teilweise durch durch gestörte
Insulinsignalisierung im vaskulären Endothel, was zu einer reduzierten insulinstimulierten
Produktion von NO in Arterien und Arteriolen führt
<https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4909506/>

Das heißt: Insulin ist verantwortlich für
die NO-Produktion?
Das lese ich zum ersten Mal.
Das bedeutet dann auch: Je stärker die
Insulinsensitivität, desto mehr NO wird gebildet?

Ja klar

Ich wundere mich das dir das bis dato entgangen ist.
Aber passiert mir in so mancher Hinsicht auch oft.

Deshalb bin ich ja so ein Fan von guter Insulinsensitivität.
Nehme brav mein Capsaicin, mein Zimt, und Nac.

Bewegung, Vollkornprodukte fuer ein langes Insulinsignal....

Viele hier haben sicher keine so gute Insulinsensitivität mehr.
Das ist sehr schlecht.

M. E ist es immer besser fuer das Haar, wenn die Sensitivität gepflegt wird, und bestens ist.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Tom10](#) on Wed, 23 Nov 2022 20:49:53 GMT

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

Grüntee hat nix mit DHT zu tun

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Frank1970](#) on Thu, 24 Nov 2022 11:52:12 GMT

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

Tom10 schrieb am Wed, 23 November 2022 21:49Grüntee hat nix mit DHT zu tun

Offenbar kann er DHT unter bestimmten kombinierten Umständen bißchen hemmend beeinflussen.

Relevanz ist aber fraglich.

Aber es gibt immerhin Studien..

Die andere Wirkungsweise ist bedeutend interessanter.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 24 Nov 2022 22:27:16 GMT

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

Grüner Tee und auch Tomaten können DHT Blocken.

Auch Sägepalmextrakte (aber das wirkt am besten..aber deutlich langsamer als fina/duta) und noch andere natürliche mittel.

Aber um da auch Ehrlich zu sein, man sollte davon nichts großartiges erwarten.

1 MG Finasterid blocker 65-68% DHT

0,5 MG Dutasterid 92 %+

Wenn man realisitshc ist selbst wenn man jeden tag tomaten isst udn grüner tee , mehr als 5-10% DHT Blockierung , sollte man nicht erwarten.

bzw 0,2 MG finasterid würd 40-50% DHT Blocken. Ist besser ne unterdosis fina zu nehmen

bzw. das risiko der nebenwirkungen zu verhindert. Aber das ergebnis bei 0,2 mg ist sehr mikrig. Ab 0,4 mg bringts was.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [cyclonus](#) on Fri, 25 Nov 2022 07:30:12 GMT

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

Ich verstehe auch den dahinter Sinn nicht. Wenn diese natürlichen Androgenblocker was taugen würden, hätten sie (ziemlich offensichtlich) doch auch dieselben Probleme wie Fin und Co. Natürlich ist halt wirklich nicht immer besser. Einige der uglysten Gifte überhaupt (z.B. Botox oder Amanitin) werden ganz natürlich produziert.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Sonic Boom](#) on Fri, 25 Nov 2022 07:43:52 GMT

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

Zitat:wieviel Tassen Tee muss ich zum DHT blocken pro Tag trinken?

20 Tassen am Tag! :d

Du kannst es begleitend, neben den chemischen Mitteln verwenden.

Es sei denn, deine AGA verläuft soooo mild, das du es zusammen mit Sägepalme stoppen könntest?!?!

Den Versuch kannst du machen. Wie gesagt vielleicht bei einer ganz milden AGA.

Aber selbst WENN du es schaffen würdest, würde es dir trotzdem kein Menschen glauben.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Fri, 25 Nov 2022 08:47:09 GMT

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

cyclonus schrieb am Fri, 25 November 2022 08:30Ich verstehe auch den dahinter Sinn nicht. Wenn diese natürlichen Androgenblocker was taugen würden, hätten sie (ziemlich offensichtlich) doch auch dieselben Probleme wie Fin und Co. Natürlich ist halt wirklich nicht immer besser. Einige der uglysten Gifte überhaupt (z.B. Botox oder Amanitin) werden ganz natürlich produziert.

Wenn wir Soja dazuzählen, so machen hohe Dosen Sojabohnen z. T starke sexuell NW.

Ich glaube nicht das jemand der am Tag ein halbes Kilo Bohnen konsumiert plus fruehstueckbund Abendessen mit Soja beilage, plus Proteinschakes auf Sojabasis, noch Pornodarsteller werden kann....

Fuegt man dazu noch andere DHT Hemmer auf natürlicher Basis zu, ist ziemlich sicher ganz tote Hose, und ggf auch eine leichte gyno da.

Man muss es nur richtig machen.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Pizzaman](#) on Fri, 25 Nov 2022 09:57:28 GMT

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

Sonic Boom schrieb am Fri, 25 November 2022 08:43Zitat:wieviel Tassen Tee muss ich zum DHT blocken pro Tag trinken?

20 Tassen am Tag! :d

Du kannst es begleitend, neben den chemischen Mitteln verwenden.

Es sei denn, deine AGA verläuft soooo mild, das du es zusammen mit Sägepalme stoppen könntest?!?!

Den Versuch kannst du machen. Wie gesagt vielleicht bei einer ganz milden AGA.

Aber selbst WENN du es schaffen würdest, würde es dir trotzdem kein Menschen glauben.

boom, ist dein status schlechter geworden seit absetzen von fin

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Sweety1988](#) on Fri, 25 Nov 2022 11:56:04 GMT

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

Wie wäre es alternativ statt Grüntee trinken mit Grüntee extrakt tabletten?.

Ist effektiver als tee trinken.

https://www.amazon.de/s?k=Gr%C3%BCner+tee+extrakt&crd=C27A97DH6XNG&srefix=gr%C3%BCner+tee+extrakt%2Caps%2C126&ref=nb_sb_noss_1

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 25 Nov 2022 12:09:01 GMT

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

Sweety1988 schrieb am Thu, 24 November 2022 23:27Grüner Tee und auch Tomaten können DHT Blocken.

Auch Sägepalmextrakte (aber das wirkt am besten..aber deutlich langsamer als fina/duta) und noch andere natürliche mittel.

Aber um da auch Ehrlich zu sein, man sollte davon nichts großartiges erwarten.

1 MG Finasterid blockt 65-68% DHT
0,5 MG Dutasterid 92 %+

Wenn man realistisch ist selbst wenn man jeden tag Tomaten isst und grüner Tee, mehr als 5-10% DHT Blockierung, sollte man nicht erwarten.

bzw 0,2 MG Finasterid würde 40-50% DHT blocken. Ist besser eine unterdosis Finasterid zu nehmen bzw. das Risiko der Nebenwirkungen zu verhindern. Aber das Ergebnis bei 0,2 mg ist sehr gering. Ab 0,4 mg bringt's was.

Im Blut ;)

In der Kopfhaut wird gerade mal die Hälfte davon gehemmt. Mehr als 50% sind selbst mit Dut nicht drin!

Arginin + Zink scheinen da deutlich wirksamer zu sein.

In der Studie war die Kombi von Zink + Arginin gegenüber Finasterid deutlich überlegener in der DHT-Hemmung (topisch).

Und das völlig ohne Nebenwirkungen noch dazu.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 25 Nov 2022 12:11:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Schwarztee soll auch DHT hemmen.
In meiner Verwandtschaft haben fast alle übelste Glatzen.
Und die trinken Schwarztee literweise!

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Sweety1988](#) on Fri, 25 Nov 2022 12:19:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Norwood packt das an

Wie gesagt... es blockt nicht viel.

Finasterid/Dutasterid blocken deutlich mehr.

Man kann Grüntee/schwarztee zusätzlich z.B. zu Biotin/Fischöl Tabletten + Dermalroller/Dermapen (z.B.) nehmen. Das würde was bringen.

Aber Tee an sich bzw. Lebensmittel blocken im Vergleich zu den Medikamenten einen Bruchteil an

dht.

Es gab ne studie selbst mit finasterid

0,2 MG vs 1 MG, bei 0,2 werden etwa 40% DHT geblockt bei 1 MG zumindestens laut google über 65%.

Das ergebnis bei 0,2 war eher mau.

Da ich persönlich auch wenn ich keine genaue zahlen habe , nicht mehr als 1/4 des effektes von tee/lebensmittel erwaute wird das ergebnis dementsprechend , beschissen aussehen.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Fri, 25 Nov 2022 12:46:54 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 25 November 2022 13:09Sweety1988 schrieb am Thu, 24 November 2022 23:27Grüner Tee und auch Tomaten können DHT Blocken.

Auch Sägepalmextrakte (aber das wirkt am besten..aber deutlich langsamer als fina/duta) und noch andere natürliche mittel.

Aber um da auch Ehrlich zu sein, man sollte davon nichts großartiges erwarten.

1 MG Finasterid blocker 65-68% DHT

0,5 MG Dutasterid 92 %+

Wenn man realisitshc ist selbst wenn man jeden tag tomaten isst udn grüner tee , mehr als 5-10% DHT Blockierung , sollte man nicht erwarten.

bzw 0,2 MG finasterid würd 40-50% DHT Blocken. Ist besser ne unterdosis fina zu nehmen bzw. das risiko der nebenwirkungen zu verhindert. Aber das ergebnis bei 0,2 mg ist sehr mikrig. Ab 0,4 mg bringts was.

Im Blut ;)

In der Kopfhaut wird gerade mal die Hälfte davon gehemmt. Mehr als 50% sind selbst mit Dut nicht drin!

Arginin + Zink scheinen da deutlich wirksamer zu sein.

In der Studie war die Kombi von Zink + Arginin gegenüber Finasterid deutlich überlegener in der DHT-Hemmung (topisch).

Und das völlig ohne Nebenwirkungen noch dazu.

Kopfhaut DHT...

Darum alleine soll es nicht gehen.

Es soll sich ja das komplette System zu gunsten der Haare umstellen

E2, igf1 bessere Insulinsignale.

Andere Zirkulation eben.

So eine Untersuchung ist weitgehend aussageschwach wenn nicht parallel dazu Kopfhaut E2 und Kopfhaut igf1 und Insulin gemessen wird.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Fri, 25 Nov 2022 12:49:37 GMT

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

Kan Gruentee Extrakt nicht die Leber schwer belasten?

Hab da mal case reports gelesen, deshalb empfehle ich das nicht.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Sweety1988](#) on Fri, 25 Nov 2022 12:54:05 GMT

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

Frank1970 schrieb am Fri, 25 November 2022 13:49Kan Gruentee Extrakt nicht die Leber schwer belasten?

Hab da mal case reports gelesen, deshalb empfehle ich das nicht.

Ja und Nein,

Ich hatte da ne Rezision bei Amazon gelesen, du darfst täglich nicht mehr als XXX mg pro tag.

Ich denke wenn du 250-450 MG pro tag nimmst ist es in ordnung.

Aber du solltest die finger von 600-1000 MG lassen. Das ist zuvuiel.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [lcetea](#) on Fri, 25 Nov 2022 15:34:13 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 25 November 2022 13:09Sweety1988 schrieb am Thu, 24 November 2022 23:27Grüner Tee und auch Tomaten können DHT Blocken.

Auch Sägepalmextrakte (aber das wirkt am besten..aber deutlich langsamer als fina/duta) und noch andere natürliche mittel.

Aber um da auch Ehrlich zu sein, man sollte davon nichts großartiges erwarten.

1 MG Finasterid blocker 65-68% DHT
0,5 MG Dutasterid 92 %+

Wenn man realistshc ist selbst wenn man jeden tag tomaten isst udn grüner tee , mehr als 5-10% DHT Blockierung , sollte man nicht erwarten.

bzw 0,2 MG finasterid würd 40-50% DHT Blocken. Ist besser ne unterdosis fina zu nehmen bzw. das risiko der nebenwirkungen zu verhindert. Aber das ergebnis bei 0,2 mg ist sehr mikrig. Ab 0,4 mg bringts was.

Im Blut ;)

In der Kopfhaut wird gerade mal die Hälfte davon gehemmt. Mehr als 50% sind selbst mit Dut nicht drin!

Arginin + Zink scheinen da deutlich wirksamer zu sein.

In der Studie war die Kombi von Zink + Arginin gegenüber Finasterid deutlich überlegener in der DHT-Hemmung (topisch).

Und das völlig ohne Nebenwirkungen noch dazu.

Der Professor von Haarerkrankungen Prof Wolf oder wie der heisst meinte mal in einem Kommentar das es nicht nur auf Kopfhaut dht ankommt da die Haarwurzeln und vorallem der untere Teil davon wo die Funktiln der Haare gesteuert wird so tief in der Haut liegen das dort auch das dht vom allgemeinen Blutstrom wichtig ist da diese mit dem allg. Blutstrom auch verknüpft sind.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 26 Nov 2022 00:37:59 GMT

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

Icetea schrieb am Fri, 25 November 2022 16:34Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 25 November 2022 13:09Sweety1988 schrieb am Thu, 24 November 2022 23:27Grüner Tee und auch Tomaten können DHT Blocken.

Auch Sägepalmextrakte (aber das wirkt am besten..aber deutlich langsamer als fina/duta) und noch andere natürliche mittel.

Aber um da auch Ehrlich zu sein, man sollte davon nichts großartiges erwarten.

1 MG Finasterid blocker 65-68% DHT
0,5 MG Dutasterid 92 %+

Wenn man realistshc ist selbst wenn man jeden tag tomaten isst udn grüner tee , mehr als 5-10% DHT Blockierung , sollte man nicht erwarten.

bzw 0,2 MG finasterid würd 40-50% DHT Blocken. Ist besser ne unterdosis fina zu nehmen bzw. das risiko der nebenwirkungen zu verhindert. Aber das ergebnis bei 0,2 mg ist sehr mikrig. Ab 0,4 mg bringts was.

Im Blut ;)

In der Kopfhaut wird gerade mal die Hälfte davon gehemmt. Mehr als 50% sind selbst mit Dut nicht drin!

Arginin + Zink scheinen da deutlich wirksamer zu sein.

In der Studie war die Kombi von Zink + Arginin gegenüber Finasterid deutlich überlegener in der DHT-Hemmung (topisch).

Und das völlig ohne Nebenwirkungen noch dazu.

Der Professor von Haarerkrankungen Prof Wolf oder wie der heisst meinte mal in einem Kommentar das es nicht nur auf Kopfhaut dht ankommt da die Haarwurzeln und vorallem der untere Teil davon wo die Funktiln der Haare gesteuert wird so tief in der Haut liegen das dort auch das dht vom allgemeinen Blutstrom wichtig ist da diese mit dem allg. Blutstrom auch verknüpft sind.

Das böse DHT..

Wie machen das nur all die Männer, die keine AGA haben und trotzdem hohes DHT haben? 8o

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Sonic Boom](#) on Sat, 26 Nov 2022 06:57:29 GMT

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

Zitat:Wie machen das nur all die Männer, die keine AGA haben und trotzdem hohes DHT haben?

Ich vermute einfach mal, dass die Haarwurzeln von der Genetik her instabil sind, während jemand mit vollem Haar stabile Haarwurzeln hat, dem DHT nichts ausmacht???? Wäre meine einfache Erklärung gewesen.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Sat, 26 Nov 2022 07:36:35 GMT

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

Sonic Boom schrieb am Sat, 26 November 2022 07:57Zitat:Wie machen das nur all die Männer, die keine AGA haben und trotzdem hohes DHT haben?

Ich vermute einfach mal, dass die Haarwurzeln von der Genetik her instabil sind, während jemand mit vollem Haar stabile Haarwurzeln hat, dem DHT nichts ausmacht???? Wäre meine einfache Erklärung

gewesen.

Hi

Nicht die Haarwurzeln.....

Vergiss es einfach....

Die Erkenntnis ist veraltet und vermottet.

Das Gewebe ist es.
Genauer gesagt das subkutane Fett.

Nur das....., nichts anderes ist relevant.

Der Follikel, der leidet natürlich mit unter den Schaden an der Subkutis.
Genau wie Saat oder Ernte unter einem Verbrannten oder verseuchten Feld leiden würde.

Das Gewebe ist das, was schlecht vererbt wird.
Es wird bei vielen konnektiv schwach vererbt.
Das ist einfach nur ein Zivilisationsproblem(vorwiegend westlich), das epugenetisch entstanden ist.
Mängel an Naturverbundenheit(das häusliche dasein), und ernaehrungsfehler haben dieses Erbproblem erzeugt.
Es betrifft nicht nur die Kopfhaut.....

Nur lässt sich nichts am Follikeln machen. Es muss Gewebe aufgebaut werden.

Und das geht nicht, oder kaum mit DHT Hemmung.
Denn die verhindert in erster Linie nur den Ab oder Umbau des Gewebes,aber baut es nicht wirklich auf.
Dafür entsteht durch z. B Fin nicht genug E2.

Fin, oder eher noch Avo, ist schon DHT Hemmung nahe am Kastratenlevel.
Die DHT Hemmung waere hier im Grunde schon fast ausgezitt.

Nur wächst bei Kastraten nichts nach!
Eine Kastration, zögert das ganze nur heraus.
Es kann nichts nachwachsen, weil komplett das Baumaterial fehlt.
Fin z. B dürfte der Kastration rein theoretisch sogar überlegen sein.
Den bei einer Kastration leiden auch E2 und Igf1.

Das ist der Grund warum ich immerzu mein Aufbauprogramm nahelege.

E2,waere natürlich besser, aber das will ja niemand.

Gruss
F

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Frank1970](#) on Sat, 26 Nov 2022 12:39:50 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 26 November 2022 01:37lcetea schrieb am Fri, 25 November 2022 16:34Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 25 November 2022 13:09Sweety1988 schrieb am Thu, 24 November 2022 23:27Grüner Tee und auch Tomaten können DHT Blocken.

Auch Sägepalmextrakte (aber das wirkt am besten..aber deutlich langsamer als fina/duta) und noch andere natürliche mittel.

Aber um da auch Ehrlich zu sein, man sollte davon nichts großartiges erwarten.

1 MG Finasterid blocker 65-68% DHT

0,5 MG Dutasterid 92 %+

Wenn man realisitshc ist selbst wenn man jeden tag tomaten isst udn grüner tee , mehr als 5-10% DHT Blockierung , sollte man nicht erwarten.

bzw 0,2 MG finasterid würd 40-50% DHT Blocken. Ist besser ne unterdosis fina zu nehmen bzw. das risiko der nebenwirkungen zu verhindert. Aber das ergebnis bei 0,2 mg ist sehr mikrig. Ab 0,4 mg bringts was.

Im Blut ;)

In der Kopfhaut wird gerade mal die Hälfte davon gehemmt. Mehr als 50% sind selbst mit Dut nicht drin!

Arginin + Zink scheinen da deutlich wirksamer zu sein.

In der Studie war die Kombi von Zink + Arginin gegenüber Finasterid deutlich überlegener in der DHT-Hemmung (topisch).

Und das völlig ohne Nebenwirkungen noch dazu.

Der Professor von Haarerkrankungen Prof Wolf oder wie der heisst meinte mal in einem Kommentar das es nicht nur auf Kopfhaut dht ankommt da die Haarwurzeln und vorallem der untere Teil davon wo die Funktiln der Haare gesteuert wird so tief in der Haut liegen das dort auch das dht vom allgemeinen Blutstrom wichtig ist da diese mit dem allg. Blutstrom auch verknüpft sind.

Das böse DHT..

Wie machen das nur all die Männer, die keine AGA haben und trotzdem hohes DHT haben? 8o

In Ergänzung zu dem was ich Sonic schrieb.....

Weil tgf beta nur in ungesundem Gewebe wuetet.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Pizzaman](#) on Sat, 26 Nov 2022 12:46:03 GMT

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

Meine Vermutung DHT + Entzündungen (durch Ernährung) führen zum Ausfall der Haare.
DHT allein nicht.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 26 Nov 2022 12:58:13 GMT

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

Zitat:E2,waere natürlich besser, aber das will ja niemand.

Bin ich niemand?

Zitat:Weil tgf beta nur in ungesundem Gewebe wuetet.

Sehe ich genauso.

Da TGF-Beta jedoch ein nachgeschalteter Faktor von DHT ist,
könnte man statt DHT auch gleich direkt das TGF-ß hemmen.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Sweety1988](#) on Sat, 26 Nov 2022 13:58:33 GMT

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

@Pizzaman

Ich vermute das es ne andere Ursache hat.

Um vorab zu sagen, Ja es ist Genetisch.

Aber DHT ist nicht der Hauptübeltäter,wie du schon sagtest.

Der Grund ist einfach , das die durchblutung schlechter wird bzw. wegen den Alter (Meine Vermutung).Bzw. dieses ist Genetisch. Das die Schlechtere Durchblutung auch der Kopfhaut bzw. viele haben ne Straffe Kopfhaut /Glänzende Kopfhaut , die ne Glatze haben (ist wissenschaftlich belegt. Das sich einfach durch die Schlechtere Durchblutung der Kopfhaut , vermehrt DHT an der Kopfhaut , was die Haarfolikel angreift.

Aber DHT an sich ist und kann nicht der Hauptgrund sein. Weil DHT ist für die Menschliche Körperbehaarung auch zuständig ,deswegen haben wir haare , wo wir haare haben. Sowie DHT hat noch andere sachen die für Sportler genommen werden.

Was diese Theorie /Vermutung untermauert.

Wenn du nur nen Dermaroller /Dermapen sagen wir mal 1 Jahr Anwendest, wachsen dir neue Haare ohne DHT Blocker. Bzw. es tut die Durchblutung anregen (Ist durch studien belegt)

Minoxil arbeitet auch an der selben stelle, das es die durchblutung verbessert ohne DHT Zu blocken.

Finasterid/Dutasterid setzt an der anderen stelle an, das es DHT Blockt aber nicht die durchblutung verbesserrt. Hat den selben effekt .

Sowie bei Kopfhaaren ist halt noch die Sache.. ich weiß die Namen dafür nicht mehr. Aber dier Haare an der Haarlinie bis tonsur haben nen anderen stellenwert als die haarkranz haare.

Bzw. die haarkranzhaare sind DHT resistenz genau wie Körperhaare bzw. sind quasi gleich..deswegen falle die nicht aus.

Aber Grundsätzlich ist es immer schwer zu sagen, obs wirklich AGA ist oder nicht.

Ich meine es gibt gefühlt Hunderte Gründe für Haarausfall

1. Mangelernährung /Unausgewogen
2. Stress
3. Fettiges Essen , führt auch zu Haarausfall
3. Schuppen
- 4.Bewegungsmangel
5. Psychische Probleme
6. Genetischer Haarausfall
7. Vitamin D Mangel

und noch dutzende andere Gründe

Sowie Stress /Mangelernährung /Bewegungsmangel und Psychische Probleme sind in der heutigen Zeit nicht zu vernach lässigende Gründe die sehr Oft auftreten bei der Arbeit /privaten umfeld /bequemlichkeit etc.

Selbst schuppen sind nen hauptgrund . Was man nachlesen kann , die meisten leute nutzen nicht das geeignete anti schuppen schampoo für sich. Bzw. die meisten anti schuppen shampoos wie head and shoulder sind müll bzw. beinhalten schädliche chemikalien.

Bzw. Mein Vater und mein Onkel haben beide Norwood 5 wohlbermerkt seit fast 40 Jahren. Die nehmen kein Finasterid kein Minoxidl kein Dutasterid , kein Antihaar ausfall shampoo oder sonstiges.

Obs bei den AGA ist/wahr bezweifel ich immer noch. Bzw. bei den ist der Haarausfall stabil. Jedoch fing bei den der Haarausfall erst an , als die im Berufsleben waren bzw. teilweise 50 std + Die Woche gearbeitet haben, dan noch mit familie stress etc.

Bei mein Onkel sind haare seitdem er in rente ist , sogar nen bisschen besser geworden. Ich meine Ja er hat immer noch Norwood 5 aber es sind teils neue haare dazu gekommen.

Freund von mir auch so nen beispiel er hat mit 18 Norwood 2,5 gehabt. Er hatte Jahre lang Stress mit seinen Vater bzw. hat in psychisch fertig gemacht dan noch studium dazu. Er hatte nur ne Haartransplantation vor 5 Jahren. Er nimmt zwar mittel aber keine üblichen gegen haarausfall . Er nimmt :Silizium,Fischöl, Multivitamin, Biotin tabletten seit der Haartransplantation und er lebt mittlerweile alleine , kein stress usw. Er ist fast 29 bei ihm auch nichts mehr passiert.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [HaartzIV](#) on Sat, 26 Nov 2022 14:34:50 GMT

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

Stress ist definitiv ein Faktor.

Ich habe jahrlang im Einzelhandel gearbeitet und in meinen Betrieben hatten mindestens 8 von 10 Männern SICHTBAREN Haarausfall. Bemerke ich auch wenn ich selber einkaufen gehe.

Handwerker hingegen haben in der Summe oft super stabile Matten, ebenso Busfahrer.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 26 Nov 2022 18:06:24 GMT

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

Stimme Sweety größtenteils zu.

Aber das hier:

Zitat:Finasterid/Dutasterid setzt an der anderen stelle an, das es DHT Blockt aber nicht die durchblutung verbesserrt. Hat den selben effekt . stimmt nicht ganz.

Fin/DHT-Blocker erhöhen sehr wohl die Durchblutung!

Sonst würde das ja gar nicht wirken.

DHT macht eine dicke Haut, es baut dickes Kollagen auf.

Bzw.: Es bewirkt, dass TGF-ß diesen Job macht.

Wird DHT gehemmt, wird auch TGF-ß gehemmt.

Es wird dann kein Kollagen mehr gebildet bzw. viel weniger.

Je weniger Kollagen wir in der Haut haben, desto stärker die Durchblutung und umgekehrt.

Männerhaut ist VIEL dicker als Frauenhaut!

Nämlich sage und schreibe 20%! 8o

<https://www.eucerin.at/ueber-haut/die-haut-grundlagen/maennerhaut>

Deswegen bekommen Frauen Cellulite und Männer nicht.

Die dicke Männerhaut lässt es einfach nicht zu.
Dafür aber sind Männer so anfällig für Glatzen.
Je dicker die Haut, desto schlechter die Durchblutung
und um so eher hat man keine Haare.
Das ist das Wirkprinzip von DHT-Hemmern.
Mit einer DHT-Überempfindlichkeit hat es nichts zu tun.

Und dass die Haare am Kranz nicht überempfindlich
auf DHT reagieren sollen bzw. es dort weniger Androgen-
Rezeptoren geben soll, wage ich mal zu bezweifeln.
Im Kranz ist einfach keine Galea-Sehne.
AGA beschränkt sich nur auf diese Sehne.
Außerhalb dieser gibt es niemals AGA.
Und diese Sehne besteht bereits aus dickem Bindegewebe.
Wenn da zusätzlich noch durch DHT die Haut sich
NOCH weiter verdickt, wird die Durchblutung
zu schlecht und die Haare gehen aus.
Am Kranz haben wir diese Sehne nicht.
Noch dazu sind am Kranz auch viele große Arterien,
so dass eine Durchblutungsstörung am Kranz
nahezu unmöglich ist.
Da kann man DHT haben so viel wie man will..

Zum Thema Stress noch kurz ein Wort:
Stress bewirkt Cortisol-Ausschüttung.
Und das macht eine richtig fette
Durchblutungsstörung von 27% im Kopf!
Zumindest durch Koffein.
Stressbedingtes Cortisol wirkt vermutlich
ähnlich schädlich.
Man kann nur jedem raten, Koffein zu meiden
wie der Teufel das Weihwasser.
Rauchen natürlich auch.
Und alles, was die Durchblutung verschlechtert.

Subject: Aw: Wieviel Tassen Grüntee zum DHT blocken..<ß
Posted by [Frank1970](#) on Sat, 26 Nov 2022 18:42:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 26 November 2022 19:06Stimme Sweety größtenteils
zu.
Aber das hier:
Zitat:Finasterid/Dutasterid setzt an der anderen stelle an, das es DHT Blockt aber nicht die
durchblutung verbessertr. Hat den selben effekt .
stimmt nicht ganz.
Fin/DHT-Blocker erhöhen sehr wohl die Durchblutung!

Sonst würde das ja gar nicht wirken.
DHT macht eine dicke Haut, es baut dickes Kollagen auf.
Bzw.: Es bewirkt, dass TGF- β diesen Job macht.
Wird DHT gehemmt, wird auch TGF- β gehemmt.
Es wird dann kein Kollagen mehr gebildet bzw. viel weniger.
Je weniger Kollagen wir in der Haut haben,
desto stärker die Durchblutung und umgekehrt.
Männerhaut ist VIEL dicker als Frauenhaut!
Nämlich sage und schreibe 20%! 8o
<https://www.eucerin.at/ueber-haut/die-haut-grundlagen/maennerhaut>

Deswegen bekommen Frauen Cellulite und Männer nicht.
Die dicke Männerhaut lässt es einfach nicht zu.
Dafür aber sind Männer so anfällig für Glatzen.
Je dicker die Haut, desto schlechter die Durchblutung
und um so eher hat man keine Haare.
Das ist das Wirkprinzip von DHT-Hemmern.
Mit einer DHT-Überempfindlichkeit hat es nichts zu tun.

Und dass die Haare am Kranz nicht überempfindlich
auf DHT reagieren sollen bzw. es dort weniger Androgen-
Rezeptoren geben soll, wage ich mal zu bezweifeln.
Im Kranz ist einfach keine Galea-Sehne.
AGA beschränkt sich nur auf diese Sehne.
Außerhalb dieser gibt es niemals AGA.
Und diese Sehne besteht bereits aus dickem Bindegewebe.
Wenn da zusätzlich noch durch DHT die Haut sich
NOCH weiter verdickt, wird die Durchblutung
zu schlecht und die Haare gehen aus.
Am Kranz haben wir diese Sehne nicht.
Noch dazu sind am Kranz auch viele große Arterien,
so dass eine Durchblutungsstörung am Kranz
nahezu unmöglich ist.
Da kann man DHT haben so viel wie man will..

Zum Thema Stress noch kurz ein Wort:
Stress bewirkt Cortisol-Ausschüttung.
Und das macht eine richtig fette
Durchblutungsstörung von 27% im Kopf!
Zumindest durch Koffein.
Stressbedingtes Cortisol wirkt vermutlich
ähnlich schädlich.
Man kann nur jedem raten, Koffein zu meiden
wie der Teufel das Weihwasser.
Rauchen natürlich auch.
Und alles, was die Durchblutung verschlechtert.

Zitat:Stressbedingtes Cortisol wirkt vermutlich

ähnlich schädlich.

Das ist wahrscheinlich pures Gift.
Es schaltet das braune Fett aus, und erzeugt Adipositas.

Wahrscheinlich noch haartoxischer als Substance P.

Die Dermatologie hinkt.....
