
Subject: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon

Posted by [SCWRG](#) on Wed, 20 Dec 2023 20:39:50 GMT

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

Hallo zusammen,

ein etwas lauterer YouTuber namens Kevin Mann des Kanals Haircafe nennt das Hormon DHT ein "trash hormon", da es für Erwachsene keine Bedeutung, sondern nur negative Auswirkungen habe (allgemein anerkannt ist seine Bedeutung bis hin zum Erwachsenenalter für die sexuelle Entwicklung von männlichen Personen, aber hier soll es nur um Erwachsene gehen).

Als positive Auswirkungen der Hemmung von DHT in erwachsenen Männern nennt er (abseits des Themas Haarausfall verringern):

- Prostata in gesunder Größe halten
- bessere Herzgesundheit
- geringere Wahrscheinlichkeit für die Entwicklung von neurologischen Krankheiten
- ggf. noch mehr, was ich gerade nicht mehr im Kopf habe.

Er zitiert auch ein paar Studien für diese positiven Effekte (es sei dahingestellt, wie aussagekräftig diese sind).

Sind denn wirklich keine positiven Eigenschaften bzw. Funktionen von DHT in Erwachsenen bekannt? Oder würdet Ihr die Aussage des "trash hormons" eher unterschreiben?

Falls sich jemand für seine Videos interessiert:

Why Bryan Johnson should promote finasteride, the ultimate anti-aging and longevity drug

<https://www.youtube.com/watch?v=Xpum1OmUVKQ>

DHT | Compelling Research that DHT is a Trash Hormone

<https://www.youtube.com/watch?v=PS-kynh8pLE>

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon

Posted by [HaartzIV](#) on Wed, 20 Dec 2023 20:46:09 GMT

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

Man könnte ihm in vielerlei Hinsicht vertrauen und glauben schenken, aber mit seiner extrem aufgeregten , exzentrischen Art macht er sich vieles selbst kaputt.

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon

Posted by [pilos](#) on Wed, 20 Dec 2023 21:10:11 GMT

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

trash hormon ist schon etwas übertrieben

das problem ist, dass die androgen-rezeptoren im alter sich verändern und das dht dadurch

viele unerwünschte wirkungen hervorruft

möglicherweise induziert das dht selber diese rezeptorveränderungen...eine art sich gegenseitige hochschaukelnde feedbackschleife

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 20 Dec 2023 21:56:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ja, das könnte was dran sein.
Asiaten essen viel Soja, welches DHT hemmt*
und Asiaten haben eine hohe Lebensdauer
und sehr selten AGA und Prostataerkrankungen
zu beklagen.

* 160 mg Soja-Isoflavone hemmen
bereits 57% DHT im Serum.
Dazu gibt es eine Studie.

In einer anderen Studie zusammen mit
Cayenne-Pfeffer kam es sogar zu
sensationellem Neuwuchs.

Wir brauchen also keineswegs
Dut oder Fin, um DHT zu hemmen.

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [pilos](#) on Thu, 21 Dec 2023 08:48:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

na ja

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0890623820302926#bib0490>

die passage ist auch ganz interessant und sagt warum dht im blut nix über AGA aussagen kann

Zitat:We did not examine the effects of isoflavone exposure on circulating levels of dihydrotestosterone (DHT), which is the 5 α -reduced metabolite of testosterone that is principally converted from its parent hormone in target organs such as prostate, skin, and liver [98]. The reason is that as noted by Swerdloff et al. [98] and as first concluded by Horton [99], blood levels of DHT “provide only a hint of tissue levels as DHT should be regarded as a paracrine

hormone formed and acting primarily within target tissues.” The impact of isoflavone exposure on DHT has been studied to a much lesser degree than has testosterone, but the evidence indicates that like testosterone, there is no effect on this testosterone metabolite [44,54,57,68,74,75,89,90].

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0890623820302926#bib0490>

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 21 Dec 2023 10:03:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Thu, 21 December 2023 09:48na ja

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0890623820302926#bib0490>

die passage ist auch ganz interessant und sagt warum dht im blut nix über AGA aussagen kann

Zitat:We did not examine the effects of isoflavone exposure on circulating levels of dihydrotestosterone (DHT), which is the 5 α -reduced metabolite of testosterone that is principally converted from its parent hormone in target organs such as prostate, skin, and liver [98]. The reason is that as noted by Swerdloff et al. [98] and as first concluded by Horton [99], blood levels of DHT “provide only a hint of tissue levels as DHT should be regarded as a paracrine hormone formed and acting primarily within target tissues.” The impact of isoflavone exposure on DHT has been studied to a much lesser degree than has testosterone, but the evidence indicates that like testosterone, there is no effect on this testosterone metabolite [44,54,57,68,74,75,89,90].

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0890623820302926#bib0490>

Soja-Isoflavone + Capsaicin wirken aber.

Schau dir nur die Fotos an:

<https://ars.els-cdn.com/content/image/1-s2.0-S1096637407000639-gr5.jpg>

Studie:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1096637407000639>

Fin und Dut machen doch auch nichts anderes,
als DHT im Serum zu senken.
Natürlich hat das auch Einfluss auf die
Gewebespiegel.

Ich denke, dass Capsaicin + Isoflavone sogar
noch besser wirken als Fin oder Dut,
weil sie auch zusätzlich zur DHT-Hemmung
das IGF-1 erhöhen.
Bei Fin und Dut kommt es oft gar nicht zu einer
IGF-1-Erhöhung.

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon

Posted by [Icetea](#) on Fri, 22 Dec 2023 06:53:27 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Thu, 21 December 2023 11:03pilos schrieb am Thu, 21 December 2023 09:48na ja

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0890623820302926#bib0490>

die passage ist auch ganz interessant und sagt warum dht im blut nix über AGA aussagen kann

Zitat:We did not examine the effects of isoflavone exposure on circulating levels of dihydrotestosterone (DHT), which is the 5 α -reduced metabolite of testosterone that is principally converted from its parent hormone in target organs such as prostate, skin, and liver [98]. The reason is that as noted by Swerdloff et al. [98] and as first concluded by Horton [99], blood levels of DHT “provide only a hint of tissue levels as DHT should be regarded as a paracrine hormone formed and acting primarily within target tissues.” The impact of isoflavone exposure on DHT has been studied to a much lesser degree than has testosterone, but the evidence indicates that like testosterone, there is no effect on this testosterone metabolite [44,54,57,68,74,75,89,90].

<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0890623820302926#bib0490>

Soja-Isoflavone + Capsaicin wirken aber.

Schau dir nur die Fotos an:

<https://ars.els-cdn.com/content/image/1-s2.0-S1096637407000639-gr5.jpg>

Studie:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S1096637407000639>

Fin und Dut machen doch auch nichts anderes,
als DHT im Serum zu senken.

Natürlich hat das auch Einfluss auf die
Gewebespiegel.

Ich denke, dass Capsaicin + Isoflavone sogar
noch besser wirken als Fin oder Dut,
weil sie auch zusätzlich zur DHT-Hemmung
das IGF-1 erhöhen.

Bei Fin und Dut kommt es oft gar nicht zu einer
IGF-1-Erhöhung.

Dann müsste es aber doch auch potentiell die selben nw haben wenn es 57% dht hemmt

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon

Posted by [pilos](#) on Fri, 22 Dec 2023 09:39:02 GMT

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

Icetea schrieb am Fri, 22 December 2023 07:53

Dann müsste es aber doch auch potentiell die selben nw haben wenn es 57% dht hemmt

eben

also hemmt es nix

asia märchen studien :arrow:

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 22 Dec 2023 12:34:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich nahm auch 3 Jahre Fin
und 6 Monate Dut und hatte
keinerlei Nebenwirkungen!
Im Gegenteil. Meine Libido
würde sogar stärker!

Asiaten haben selten eine Glatze.
Und kaum Bartwuchs.
Eben wegen dem Soja.

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [Icetea](#) on Fri, 22 Dec 2023 16:11:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Fri, 22 December 2023 13:34Ich nahm auch 3 Jahre Fin
und 6 Monate Dut und hatte
keinerlei Nebenwirkungen!
Im Gegenteil. Meine Libido
würde sogar stärker!

Asiaten haben selten eine Glatze.
Und kaum Bartwuchs.
Eben wegen dem Soja.

Aber die Leute die durch fin nw haben müssen diese auch durch soja dann bekommen wenn
deine Aussage stimmt und 57% Dht gehemmt wird. Dann bringt Ihnen die "Alternative" ja nichts.

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [Nomadd](#) on Fri, 22 Dec 2023 16:16:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

SCWRG schrieb am Wed, 20 December 2023 21:39Hallo zusammen,

ein etwas lauterer YouTuber namens Kevin Mann des Kanals Haircafe nennt das Hormon DHT ein "trash hormon", da es für Erwachsene keine Bedeutung, sondern nur negative Auswirkungen habe (allgemein anerkannt ist seine Bedeutung bis hin zum Erwachsenenalter für die sexuelle Entwicklung von männlichen Personen, aber hier soll es nur um Erwachsene gehen).

Als positive Auswirkungen der Hemmung von DHT in erwachsenen Männern nennt er (abseits des Themas Haarausfall verringern):

- Prostata in gesunder Größe halten
- bessere Herzgesundheit
- geringere Wahrscheinlichkeit für die Entwicklung von neurologischen Krankheiten
- ggf. noch mehr, was ich gerade nicht mehr im Kopf habe.

Er zitiert auch ein paar Studien für diese positiven Effekte (es sei dahingestellt, wie aussagekräftig diese sind).

Sind denn wirklich keine positiven Eigenschaften bzw. Funktionen von DHT in Erwachsenen bekannt? Oder würdet Ihr die Aussage des "trash hormons" eher unterschreiben?

Falls sich jemand für seine Videos interessiert:

Why Bryan Johnson should promote finasteride, the ultimate anti-aging and longevity drug

<https://www.youtube.com/watch?v=Xpum1OmUVKQ>

DHT | Compelling Research that DHT is a Trash Hormone

<https://www.youtube.com/watch?v=PS-kynh8pLE>

Neurosteroiden werden wohl autokrin im Gehirn katalysiert, aber da Finasterid an 5AR2 und nur marginal an 5AR1 wirkt, hat dies wohl keinerlei negativen Auswirkungen... (das Gehirn hat wohl hauptsächlich 5AR1 Rezeptoren, wenn ich das richtig verstanden habe)

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon

Posted by [SCWRG](#) on Fri, 22 Dec 2023 18:08:03 GMT

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

Nehmen wir also an, DHT ist kein "trash Hormon". Für was brauchen es Erwachsene?

Ich habe bisher gefunden:

<https://www.hormonspezialisten.de/sexualhormone/weitere-androgene/dihydrotestosteron-dht>

Im Erwachsenenalter ist es an der Bildung der Prostata- und Samenblasensekrete beteiligt. Zudem zeigt DHT geschlechtsunspezifisch anabole Wirkungen auf Muskulatur, Knochen und das hämatopoetische System.

<https://www.porst-hamburg.de/spezielle-andrologie/testosteron/>

Im Gehirn beeinflusst Testosteron und teilweise auch Dihydrotestosteron (DHT) die Bildung der für die Erektion verantwortlichen Neurotransmitter. Diese sind Botenstoffe, deren Bildung und Freisetzung im Gehirn zur Auslösung von Lustempfindung und zur Einleitung der

biologischen/biochemischen Vorgänge für die Erektionsinduktion führen.

Kann die Wirkung von DHT beim Thema "Libido" nicht durch Testosteron substituiert werden?
Sonst würde es NW i.V.m. mit Libido nicht geben, oder?

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon

Posted by [Icetea](#) on Fri, 22 Dec 2023 18:46:36 GMT

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

Das Problem am fehlenden dht sehe ich eher an dem daraus resultierendem Anstieg an e2 beim Mann. Vorallem bei dut.

Habe das selbst gemerkt dass KFA und Wasser merkbar zugenommen hat und man nicht mehr so trocken lean war was halt besser aussieht da man markanteres Gesicht hat und Sixpack sichtbarer ist. Wenn man eh nen hohen kfa hat bzw verschwemmter ist ist es evtl nicht so merkbar wenn man aber eigentlich immer schön trocken lean mit 9%kfa ist merkt man das höhere e2. Vorallem im Gesicht und Bauch.

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 23 Dec 2023 08:43:39 GMT

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

Icetea schrieb am Fri, 22 December 2023 19:46 Das Problem am fehlenden dht sehe ich eher an dem daraus resultierendem Anstieg an e2 beim Mann. Vorallem bei dut.

Habe das selbst gemerkt dass KFA und Wasser merkbar zugenommen hat und man nicht mehr so trocken lean war was halt besser aussieht da man markanteres Gesicht hat und Sixpack sichtbarer ist. Wenn man eh nen hohen kfa hat bzw verschwemmter ist ist es evtl nicht so merkbar wenn man aber eigentlich immer schön trocken lean mit 9%kfa ist merkt man das höhere e2. Vorallem im Gesicht und Bauch.

Das E2 scheint der Hauptgrund zu sein, weshalb Fin/Dut wirken.

Ich erinnere nur an eine Studie, wo zwei 14-jährige AGA bekamen, nachdem man ihnen Aromatase-Böcker gegeben hat.

Daran sieht man, wie wichtig E2 ist.

Es sorgt dafür, dass wir auch mehr subkutanes Fett haben.

Und das ist wichtig fürs Haarwachstum.

Ich glaube zwar nach wie vor, dass AGA durch eine Verkalkung entsteht und ein Mangel an subkutanem fett in der Kopfhaut nur eine FOLGE des Haarverlustes ist (denn wo keine Haare sind, wird auch weniger Fett gebraucht).

Dennoch tut E2 symptomatisch überall das subkutane Fett aufbauen und das kommt den Haaren zu Gute.

Aber E2 ist auch ein starker Verkalkungshemmer.

Ich denke, dass dieser Einfluss der Wichtigste ist.
T und DHT sorgen für Verkalkung.
Deswegen bekommen fast nur Männer Herzinfarkte.

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [pilos](#) on Sat, 23 Dec 2023 11:04:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

und trotzdem bringt e2 als topical nicht mehr haare

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [lce tea](#) on Sat, 23 Dec 2023 11:38:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Sat, 23 December 2023 09:43lce tea schrieb am Fri, 22 December 2023 19:46Das Problem am fehlenden dht sehe ich eher an dem daraus resultierendem Anstieg an e2 beim Mann. Vorallem bei dut.
Habe das selbst gemerkt dass KFA und Wasser merkbar zugenommen hat und man nicht mehr so trocken lean war was halt besser aussieht da man markanteres Gesicht hat und Sixpack sichtbarer ist. Wenn man eh nen hohen kfa hat bzw verschwemmter ist ist es evtl nicht so merkbar wenn man aber eigentlich immer schön trocken lean mit 9%kfa ist merkt man das höhere e2. Vorallem im Gesicht und Bauch.
Das E2 scheint der Hauptgrund zu sein, weshalb Fin/Dut wirken.
Ich erinnere nur an eine Studie, wo zwei 14-jährige AGA bekamen, nachdem man ihnen Aromatase-Böcker gegeben hat.
Daran sieht man, wie wichtig E2 ist.
Es sorgt dafür, dass wir auch mehr subkutanes Fett haben.
Und das ist wichtig fürs Haarwachstum.
Ich glaube zwar nach wie vor, dass AGA durch eine Verkalkung entsteht und ein Mangel an subkutanem fett in der Kopfhaut nur eine FOLGE des Haarverlustes ist (denn wo keine Haare sind, wird auch weniger Fett gebraucht).
Dennoch tut E2 symptomatisch überall das subkutane Fett aufbauen und das kommt den Haaren zu Gute.
Aber E2 ist auch ein starker Verkalkungshemmer.
Ich denke, dass dieser Einfluss der Wichtigste ist.
T und DHT sorgen für Verkalkung.
Deswegen bekommen fast nur Männer Herzinfarkte.
Nur heißt es ja nicht im Umkehrschluss zu deiner genannten Studie gleich dass umso mehr e2 auch mehr Haare bringen. Klar garkein e2 oder nur sehr gering ist wohl auch sehr schädlich.

Aber ob umso umso mehr bringt ist fraglich. Sonst würden topische e2 ja auch was bringen. Und vllt haben die auch durch den Aromatasehemmer mehr freies t gehabt und dadurch auch untypisch viel dht für ihr Alter was zum aga geführt hat?

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sat, 23 Dec 2023 18:47:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

pilos schrieb am Sat, 23 December 2023 12:04
und trotzdem bringt e2 als topical nicht mehr haare
Und ob das mehr Haare bringt.
Jeder Transgender weiß das!

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [emelialucass](#) on Thu, 23 Apr 2026 09:52:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Andernfalls wäre topisches E2 ja ebenfalls wirksam.

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 23 Apr 2026 23:55:05 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

emelialucass schrieb am Do., 23 April 2026 11:52Andernfalls wäre topisches E2 ja ebenfalls wirksam.
Ist es ja auch.
Viele berichten von Neuwuchs durch Alpicort F.
Leider ist da auch Cortison drin. Deswegen will ich das nicht nehmen.

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon
Posted by [pilos](#) on Fri, 24 Apr 2026 08:35:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Norwood-packt-das-an schrieb am Fr., 24 April 2026 01:55emelialucass schrieb am Do., 23 April 2026 11:52Andernfalls wäre topisches E2 ja ebenfalls wirksam.
Ist es ja auch.
Viele berichten von Neuwuchs durch Alpicort F.
Leider ist da auch Cortison drin. Deswegen will ich das nicht nehmen.
quatsch

und reagiert nicht immer auf diese 3 beiträge bots :pistol:

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon

Posted by [IchBinAmEnde](#) on Mon, 04 May 2026 07:30:48 GMT

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

Obwohl ich mittlerweile deutlich mehr auf Reddit aktiv bin, wird dieses Forum immer einen Platz in meinem Herzen haben.

Habe damals als Jüngling , so 2013-2017 , sehr viel Zeit hier verbracht.

Sommer 2017 vorallem, Hairlosstalk und Alopezie.de , teilweise 8-9 h am Tag.

Subject: Aw: Nutzen von DHT für Erwachsene - das trash hormon

Posted by [IchBinAmEnde](#) on Mon, 04 May 2026 10:44:16 GMT

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

IchBinAmEnde schrieb am Mo., 04 Mai 2026 09:30Obwohl ich mittlerweile deutlich mehr auf Reddit aktiv bin, wird dieses Forum immer einen Platz in meinem Herzen haben.

Habe damals als Jüngling , so 2013-2017 , sehr viel Zeit hier verbracht.

Sommer 2017 vorallem, Hairlosstalk und Alopezie.de , teilweise 8-9 h am Tag.

Falscher Thread :lol:
