
Subject: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 19 Dec 2024 11:20:29 GMT

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

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jocd.16440>

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [sh4dy](#) on Thu, 26 Dec 2024 10:45:22 GMT

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

Das ist vielleicht ein ganz interessantes Thema für Leute mit Early Onset AGA:

<https://www.sciencedirect.com/science/article/abs/pii/S0002962921002469>

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [buddyboy](#) on Fri, 27 Dec 2024 14:06:53 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Do., 19 Dezember 2024 12:20

<https://onlinelibrary.wiley.com/doi/10.1111/jocd.16440>

Homocystein (HCY) ist eine in der Nahrung nicht vorkommende potentiell toxische Aminosäure. Sie entsteht bei der Demethylierung der essentiellen Aminosäure Methionin und zirkuliert im Blut in freier und gebundener Form. Aufgabe des Homocysteins ist die Übertragung von Methylgruppen, einer wichtigen Funktion zur Bildung der sog. essentiellen Aminosäuren. Zur weiteren Verstoffwechslung und Abbau des Homocysteins sind Vitamin B6, B12 und Folsäure notwendig. Daher kommt es bei einem Mangel an Vitamin B6, B12 und Folsäure zu einer Anreicherung von Homocystein, weil es nicht mehr vollständig abgebaut werden kann. Als toxische Substanz wirkt Homocystein pathologisch durch eine erhöhte Plaquebildung und oxidative Schädigung der Endothelzellen sowie die Bildung hoch reaktiver Radikale. Ein erhöhter Homocysteinspiegel wird für die Entwicklung von Gefäßerkrankungen verantwortlich gemacht; bereits bei nur gering erhöhten Werten steigert sich das Risiko für Atheroskleroseerkrankungen um ein Vielfaches. Daher kann es bei erhöhten Homocysteinspiegeln zu folgenden Krankheitsbildern kommen: Schlaganfall bei fortschreitender Atherosklerose, Herzinfarkt bei niedrigem sonstigen Risikoprofil, KHK, Periphere arterielle Verschlusskrankheit (PAVK). Homocystein ist demnach neben Cholesterin, Triglyceriden, Lp(a), CRP, Apo B100 und Fibrinogen als weiterer unabhängiger Prognosefaktor für die Atherosklerose zu sehen und sollte im Zusammenhang mit Vitamin B6, B12 und Folsäure beurteilt werden. Ursachen eines erhöhten Homocysteinspiegels können - insbesondere bei älteren Menschen - alimentär oder genetisch (Methylentetrahydrofolatreduktase = MTHFR-Mutation) bedingt sein. Vitaminmangel, insbesondere der von Vitamin B6, Vitamin B12 und Folsäure, erhöht das Risiko einer Hyperhomocysteinämie. Daher ist eine ausgewogene Ernährung mit grünem Gemüse, Nüssen, Vollkorngetreide, Bohnen, Fleisch,

Milchprodukten und Sauerkraut die beste Prophylaxe, eine Substitution der entsprechenden Vitamine kann bei erhöhtem Homocysteinspiegel erwogen werden.

Quelle: [HIER KLICKEN](#)

was meint Pilos dazu?

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [sh4dy](#) on Sat, 11 Jan 2025 06:44:33 GMT

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

In dem Zusammenhang ganz interessant:

Causal effects of omega-6 and LDL-C on androgenetic alopecia

<https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/PMC11322220/>

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [Zandoer](#) on Sat, 11 Jan 2025 11:53:17 GMT

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

und was hilft das nun? Bzw was kann und soll man daraus ableiten? Ich kann nichts erkennen

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Sun, 12 Jan 2025 22:33:30 GMT

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

Zandoer schrieb am Sa., 11 Januar 2025 12:53 und was hilft das nun? Bzw was kann und soll man daraus ableiten? Ich kann nichts erkennen

Indem man den Homocystein-Spiegel mit B-Vitaminen senkt.

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [pilos](#) on Mon, 13 Jan 2025 08:56:30 GMT

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

bisher wurden 1000 ursachen für aga gefunden

:lol:

mal ist es das cholesterin, mal das Homocystein, mal kaffee, mal zucker, mal spieseöl, mal rauchen....

alle non aga leute...machen das alles nicht

x(

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Mon, 13 Jan 2025 16:09:27 GMT

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

pilos schrieb am Mo., 13 Januar 2025 09:56bisher wurden 1000 ursachen für aga gefunden

:lol:

mal ist es das cholesterin, mal das Homocystein, mal kaffee, mal zucker, mal spieseöl, mal rauchen....

alle non aga leute...machen das alles nicht

x(

Aber laut Studie haben Glatzenträger viel höheres Homocystein als Männer ohne Glatze.

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [Mom2024](#) on Fri, 17 Jan 2025 22:09:18 GMT

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

Ich bin gerade selbst an dem Thema dran. Ich leide mit meinen Kindern an einer Form des genetisch bedingten Haarausfalls und vermute eine MTHFR- Genmutation, denn der sehr frühe Haarausfall bei meinen Kindern und mir ist ja nicht gerade üblich. Es wäre vielleicht ein Hebel.

Viele Grüße

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [Rico777](#) on Fri, 17 Jan 2025 22:38:27 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Mo., 13 Januar 2025 17:09pilos schrieb am Mo., 13 Januar 2025 09:56bisher wurden 1000 ursachen für aga gefunden

:lol:

mal ist es das cholesterin, mal das Homocystein, mal kaffee, mal zucker, mal spieseöl, mal rauchen....

alle non aga leute...machen das alles nicht

x(

Aber laut Studie haben Glatzenträger viel höheres Homocystein als Männer ohne Glatze.

hormone sind der schlüssel, das problem sind nur die ursachen denn die können vielfältig sein, vor allem beim mann unter 40.

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [sh4dy](#) on Sat, 18 Jan 2025 07:27:33 GMT

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

Beobachtung von mir:

Nehme seit paar Wochen ein Vitamin B Supplement und mein sonst zu hoher Blutdruck (ist auch durch viel Bewegung nicht runter gegangen) ist inzwischen im Normalbereich. Vielleicht aber auch nur Zufall.

Falls zusätzlich mehr Haare davon kommen melde ich mich nochmal :lol:

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [Rico777](#) on Sat, 18 Jan 2025 11:18:19 GMT

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

sh4dy schrieb am Sa., 18 Januar 2025 08:27 Beobachtung von mir:

Nehme seit paar Wochen ein Vitamin B Supplement und mein sonst zu hoher Blutdruck (ist auch durch viel Bewegung nicht runter gegangen) ist inzwischen im Normalbereich. Vielleicht aber auch nur Zufall.

Falls zusätzlich mehr Haare davon kommen melde ich mich nochmal :lol:

Wenn du dich vernünftig ernährst brauchst du keine supplements bzgl vitamin b.

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [hallowelt](#) on Mon, 20 Jan 2025 14:52:57 GMT

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

Trimethyglycin senkt HC.

Subject: Aw: Glatzenträger haben höhere Homocystein-Spiegel als Leute mit vollem Haar

Posted by [pilos](#) on Mon, 20 Jan 2025 15:00:13 GMT

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

hallowelt schrieb am Mo., 20 Januar 2025 15:52 Trimethyglycin senkt HC.

bringt trotzdem null mehr haare
