

---

Subject: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 19 Mar 2025 20:38:41 GMT

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

---

Ich war heute in Apotheken. Aber alle verlangten für Finasterid ein Rezept.

Ich sehe es als ein Zeichen von "oben", dass Fin wahrscheinlich nicht gut für mich ist.

Könnte es sein, dass zu viel DHT Hemmung schadet? Der Körper könnte sich ab einer gewissen Grenze gegen die DHT Hemmung wehren und es kompensieren.

Bei Diäten ist das auch so. Mit moderater Kalorienrestriktion nimmt man ab.  
Zu extreme Kalorienrestriktion macht das Gegenteil. Verlangsamt den Stoffwechsel.  
Deswegen sind die strengsten Diäter auch die Fetttesten.

Momentan nehme ich täglich 0,5 mg Dut.  
Zusätzlich plante ich noch tägliches Fin.  
Ich nehme auch täglich 100 mg Spiro,  
welches auch schon 30-40% DHT hemmen soll  
+ AR-Blockade.  
Ist das alles nicht etwas zu viel des Guten?

---

Subject: Aw: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 20 Mar 2025 12:35:24 GMT

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

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Mi., 19 März 2025 21:38Ich war heute in Apotheken. Aber alle verlangten für Finasterid ein Rezept.

Ich sehe es als ein Zeichen von "oben", dass Fin wahrscheinlich nicht gut für mich ist.

Könnte es sein, dass zu viel DHT Hemmung schadet? Der Körper könnte sich ab einer gewissen Grenze gegen die DHT Hemmung wehren und es kompensieren.

Bei Diäten ist das auch so. Mit moderater Kalorienrestriktion nimmt man ab.  
Zu extreme Kalorienrestriktion macht das Gegenteil. Verlangsamt den Stoffwechsel.  
Deswegen sind die strengsten Diäter auch die Fetttesten.

Momentan nehme ich täglich 0,5 mg Dut.  
Zusätzlich plante ich noch tägliches Fin.  
Ich nehme auch täglich 100 mg Spiro,  
welches auch schon 30-40% DHT hemmen soll  
+ AR-Blockade.  
Ist das alles nicht etwas zu viel des Guten?

Ja das ist zuviel

Ich meine du Kannst Spiro weiter nehmen und /oder Fin/Duta, das ist kein problem.

Ich machs so Ähnlich.  
ich nehme 0,8 MG Fina pro Tag (5 mg tablette geteilt) Und CPA.  
Bzw. ich nehms wegen Verweiblichung und um meine Haare zu Halten.  
Bzw. hatte mit Fina vor CPA/E2 , angefangen.

Ich würd an deiner Stelle eins nur nehmen , Fina oder Duta

Ich meine, du kannst ja Dermastempel /Dermaroller oder Dermapen oder Minoxidil oder co, noch so auf dein haare zusätzlich machen.

Bzw. mein haarausfall, ist seitdem der E2/CPA/Fina sache, komplett gestoppt.

2021 , hatte ich meine Haarausfall , fast Norwood 3 festgestellt. Aber hatte herbst 2022, ne HT gemacht. Bzw. April 2023, mit der HRT angefangen. Ah und September 2022 mit Fina , also schon 2-3 wochen vor der Haartransplantation 2022.

Was ich an deiner Stelle machen würde. Gucken ob du überhaupt noch Haare hast.  
Ich meine, ich weiß das du NW 5-6 hast.  
Aber, du könntest dir nen Billig USB Mikroskop für <40 euro kaufen.  
Und mal gucken, ob du noch Mikroskopische haare auf den Kopf has.t  
Wenn alle weg ist. Wird Fina/Duta/Spiro , da auch nichts mehr bringen

---

Subject: Aw: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 20 Mar 2025 12:58:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Zitat:Und mal gucken, ob du noch Mikroskopische haare auf den Kopf has.t  
Wenn alle weg ist. Wird Fina/Duta/Spiro , da auch nichts mehr bringen  
Ja, ich habe kleine Vellushaare überall auf der Kopfhaut.  
Die kann ich unter besonderen Lichtverhältnissen  
sehen und sie auch mit der Pinzette rauszupfen.  
Sind aber so klein, dass man sie mit bloßem Auge kaum sieht.

Ich denke, 3x/Woche Dut sollten reichen.  
Hemmt fast genauso viel DHT wie die tägliche Einnahme.  
Kostet aber nur 8 Euro/Monat statt 20.  
Zu viel DHT-Hemmung könnte auch kontraproduktiv sein,  
da der Körper eine zu starke DHT-Senkung als Alarm ansieht  
und dann kompensatorisch gegensteuert.  
Dann hätte es mehr geschadet als genutzt.  
Es gibt zwar Langzeit-Studien zu Dut,  
wo eine hohe Dosis auch mehr Haare brachte. Angeblich.  
Ich traue diesen Studien aber nicht.  
Erfahrungsberichte von reddit gewichte ich mehr,  
da sie für mich glaubwürdiger sind als bezahlte Studien.

Und da wirkte 3x/Woche Dut besser als die tägliche Einnahme.  
Ich denke, etwas DHT braucht ein Mann,  
sonst gerät der Körper in Alarmbereitschaft.

---

---

Subject: Aw: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?

Posted by [pilos](#) on Thu, 20 Mar 2025 13:55:26 GMT

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

---

Sweety1988 schrieb am Do., 20 März 2025 13:35

Und mal gucken, ob du noch Mikroskopische haare auf den Kopf has.t

Wenn alle weg ist. Wird Fina/Duta/Spiro , da auch nichts mehr bringen

nicht wirklich von bedeutung

vellushaare sitzen auch in einer anderen tiefe.

terminales haar sitzt in 4-5 mm tiefe

vellushaare in nur 2 mm tiefe.

vellushaare werden nicht zu terminales haar...das täuscht..

---

---

Subject: Aw: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 20 Mar 2025 15:40:18 GMT

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

---

Zitat:vellushaare werden nicht zu terminales haar...das täuscht..

Wie kommst du darauf?

Natürlich werden sie zu terminalem Haar.

Zuerst werden die Vellushaare immer länger und später  
dann auch pigmentiert und dicker.

Niemand bekommt Terminalhaare von heute auf morgen  
auf einer spiegelglatten Glatze.

Das ist ein Entwicklungsprozess, der viele Monate dauert.

---

---

Subject: Aw: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?

Posted by [Sweety1988](#) on Thu, 20 Mar 2025 20:00:09 GMT

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

---

Ihr Beide habt recht.

Norwood einerseits dauerts Lange.

Andersseits hat Pilos , auch recht. Bzw. Vellushaare müssen , nicht zwingend zu Terminal haare werden. Manche Vellushaare bleiben das einfach. Siehe Gesichtshaare (ich meine die um Augenbereich bzw. oberwangen.

---

---

Subject: Aw: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Thu, 20 Mar 2025 21:10:03 GMT

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

---

Sweety1988 schrieb am Do., 20 März 2025 21:00Ihr Beide habt recht.

Norwood einerseits dauerts Lange.

Andersseits hat Pilos , auch recht. Bzw. Vellushaare müssen , nicht zwingend zu Terminal haare werden. Manche Vellushaare bleiben das einfach. Siehe Gesichtshaare (ich meine die um Augenbereich bzw. oberwangen.

Meine wurden tatsächlich zu Terminalhaaren

durch topisches Vitamin C!

Hier das Beweis-Foto:

---

### File Attachments

1) [6279f7 \(1\).jpg](#), downloaded 582 times

---



---

Subject: Aw: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?  
Posted by [Sweety1988](#) on Fri, 21 Mar 2025 09:00:12 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Thu, 20 March 2025 22:10Sweety1988 schrieb am Do., 20 März 2025 21:00Ihr Beide habt recht.

Norwood einerseits dauerts Lange.  
Andersseits hat Pilos , auch recht. Bzw. Vellushaare müssen , nicht zwingend zu Terminal haare werden. Manche Vellushaare bleiben das einfach. Siehe Gesichtshaare (ich meine die um Augenbereich bzw. oberwangen.  
Meine wurden tatsächlich zu Terminalhaaren  
durch topisches Vitamin C!

Hier das Beweis-Foto:

Ja aber nicht natürlich.

Bzw. du schriebst mal du nimmst Minoxidil auch..das könnte auch nen einfluss drauf haben.

Ich war mal in nen Forum, da hat jemand durch topisches Minoxidil ,auch haare auffe oberwange bekommen. Also Terminalhaare. Die musste der, durch Nadelepi entfernen lassen.

---

Subject: Aw: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 21 Mar 2025 09:26:08 GMT

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

---

Nein, die Haare sind zu einem Zeitpunkt entstanden,  
wo ich gar kein Minox nahm.

Weder topisch noch oral.

Außerdem sind die Haare genau dort entstanden,  
wo ich auch das Vitamin C aufgetragen habe!

Bei reddit findet man haufenweise  
Erfahrungsberichte von Haar-Neuwuchs durch  
Vitamin C.

Die Leute haben das gegen Falten verwendet.  
Haarwuchs war eine unerwartete Nebenwirkung.

Vitamin C ist eines der wenigen Mittel,  
die die Stammzellen aktivieren und die Dermal-Papilla-  
Zellen auf jugendliches Niveau erhöhen sollen.

Aber das Vitamin C muss frisch sein!  
Erst kurz auf dem auftragen anrühren.  
Diese fertigen Seren wirken meistens nicht.  
Mich wundert dass es überhaupt welche gibt,  
die auch mit den fertigen Seren Haarwuchs bekamen.

MSM sorgt dafür, dass das Vitamin C tief penetrieren kann.

Siehe:

[https://www.researchgate.net/publication/247915887\\_The\\_Effect\\_of\\_Methylsulfonylmethane\\_on\\_Hair\\_Growth\\_Promotion\\_of\\_Magnesium\\_Ascorbyl\\_Phosphate\\_for\\_the\\_Treatment\\_of\\_Alopecia](https://www.researchgate.net/publication/247915887_The_Effect_of_Methylsulfonylmethane_on_Hair_Growth_Promotion_of_Magnesium_Ascorbyl_Phosphate_for_the_Treatment_of_Alopecia)

Vitamin C fördert die Bildung induzierter pluripotenter Stammzellen bei Mäusen und Menschen:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20036631/>

Vitamin C fördert eine weitreichende und dennoch spezifische DNA-Demethylierung des Epigenoms in menschlichen embryonalen Stammzellen:

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/20687155/>

Eine Vitamin-C-Behandlung fördert die Bildung mesenchymaler Stammzellschichten und die Geweberegeneration durch eine Erhöhung der Telomeraseaktivität:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/22105792/>

Vitamin C fördert die Vermehrung menschlicher Stammzellen aus Fettgewebe über den p53-p21-Signalweg:  
<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/27231022/>

Vitamin C wirkt sogar gegen Hautkrebs (bei Menschen getestet!):  
<https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0753332222000981?via%3Dihub>

---

---

Subject: Aw: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?  
Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 21 Mar 2025 10:06:14 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Diese Studie ist auch interessant.

Zitat:

"Vitamin C erhöhte die mRNA-Expression von HGF, IGFBP6, VEGF, bFGF und KGF, die das Haarwachstum fördern können."

<https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24524758/>

---

---

Subject: Aw: Zu viel DHT Hemmung kontraproduktiv?  
Posted by [conceptfun](#) on Fri, 10 Oct 2025 04:04:26 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Norwood-packt-das-an schrieb am Mi., 19 März 2025 21:38Ich war heute in Apotheken. Aber alle verlangten für Finasterid ein Rezept.

Ich sehe es als ein Zeichen von "oben", dass Fin wahrscheinlich nicht gut für mich ist.

Könnte es sein, dass zu viel DHT Hemmung schadet? Der Körper könnte sich ab einer gewissen Grenze gegen die DHT Hemmung wehren und es kompensieren.

Bei Diäten ist das auch so. Mit moderater Kalorienrestriktion nimmt man ab.  
Zu extreme Kalorienrestriktion macht das Gegenteil. Verlangsamt den Stoffwechsel.  
Deswegen sind die strengsten Diäter auch die Fittesten.

Momentan nehme ich täglich 0,5 mg Dut.  
Zusätzlich plante ich noch tägliches Fin.  
Ich nehme auch täglich 100 mg Spiro,  
welches auch schon 30-40% DHT hemmen soll  
+ AR-Blockade.

Ist das alles nicht etwas zu viel des Guten?

Ja, das klingt wirklich nach einer sehr starken Kombination. Mehr Hemmung bedeutet nicht automatisch besseren Effekt – der Hormonhaushalt ist empfindlich. Zu viel DHT-Blockade kann

Nebenwirkungen und Gegenreaktionen verursachen. Vielleicht wäre es besser, die Dosierungen mit einem Endokrinologen abzustimmen, bevor du noch etwas hinzufügst.

---