
Subject: Kann ein erhöhter Prolaktinspiegel Haarausfall verursachen?

Posted by [Kokosnuss](#) on Mon, 23 Mar 2026 08:36:34 GMT

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

Mir ist aufgefallen, dass ich nach Masturbation (besonders wenn es häufiger vorkommt, z. B. 2x am Tag oder mehr) einige Stunden später ein deutliches Kopfhautjucken bekomme. Gleichzeitig fühlen sich meine Haare subjektiv dünner, trockener und weniger griffig an vor allem an den Seiten.

Wenn ich hingegen mehrere Tage pausiere, wirkt meine Kopfhaut deutlich ruhiger und die Haare fühlen sich wieder stabiler und kräftiger an.

Daher meine Frage: Kann ein erhöhter Prolaktinspiegel Haarausfall verursachen oder verstärken?

Subject: Aw: Kann ein erhöhter Prolaktinspiegel Haarausfall verursachen?

Posted by [pilos](#) on Mon, 23 Mar 2026 08:58:52 GMT

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

wie soll sich das so schnell auf die Haare auswirken :arrow:

Subject: Aw: Kann ein erhöhter Prolaktinspiegel Haarausfall verursachen?

Posted by [Kokosnuss](#) on Mon, 23 Mar 2026 09:16:51 GMT

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

[pilos](#) schrieb am Mo., 23 März 2026 09:58 wie soll sich das so schnell auf die Haare auswirken :arrow:

Ich habe online gelesen, dass ein erhöhter Prolaktinspiegel den Haarzyklus beeinflussen kann, zum Beispiel indem er den Übergang in die Telogenphase begünstigt. Ich frage mich aber, wie relevant das wirklich ist, könnte das bei dauerhaft erhöhtem Prolaktin eine Rolle spielen?

Subject: Aw: Kann ein erhöhter Prolaktinspiegel Haarausfall verursachen?

Posted by [arthurcole](#) on Wed, 15 Apr 2026 06:52:54 GMT

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

Ein kurzfristiger Prolaktinanstieg wirkt sich normalerweise nicht so schnell auf Haare aus, eher auf längere Sicht bei chronisch erhöhten Werten. Hast du schon andere Faktoren wie Stress, Hautempfindlichkeit oder verwendete Pflegeprodukte berücksichtigt?

Subject: Aw: Kann ein erhöhter Prolaktinspiegel Haarausfall verursachen?

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Wed, 15 Apr 2026 08:22:10 GMT

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

Frauen haben MEHR Prolaktin im Blut als Männer!
Und trotzdem werden sie viel seltener und auch milder
von AGA heimgesucht als Männer.

Das mit dem Orgasmus kann aber trotzdem stimmen.
Ich vermute hier allerdings einen anderen Mechanismus:
Im Sperma steckt viel Spermidin.
Dieses ist sehr wichtig für das Haarwachstum.
Nach jedem Orgasmus muss ja neues Sperma gebildet werden.
Folglich zieht der Körper all sein Spermidin im Blut
für die Spermaproduktion zusammen.
Und für die Haare bleibt dann nichts mehr übrig.

Spermidin wirkt gegen AGA.
Dazu gibt es Studien.

Du könntest Weizenkeime essen.
Dort ist viel Spermidin enthalten.
Wäre interessant, ob es mit Weizenkeimen
dann immer noch zu Juckreiz kommt.

Subject: Aw: Kann ein erhöhter Prolaktinspiegel Haarausfall verursachen?

Posted by [pilos](#) on Wed, 15 Apr 2026 09:02:58 GMT

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

Norwood-packt-das-an schrieb am Mi., 15 April 2026 10:22 Frauen haben MEHR Prolaktin im Blut
als Männer!

Und trotzdem werden sie viel seltener und auch milder
von AGA heimgesucht als Männer.

Das mit dem Orgasmus kann aber trotzdem stimmen.
Ich vermute hier allerdings einen anderen Mechanismus:
Im Sperma steckt viel Spermidin.
Dieses ist sehr wichtig für das Haarwachstum.
Nach jedem Orgasmus muss ja neues Sperma gebildet werden.
Folglich zieht der Körper all sein Spermidin im Blut
für die Spermaproduktion zusammen.
Und für die Haare bleibt dann nichts mehr übrig.

Spermidin wirkt gegen AGA.
Dazu gibt es Studien.

Du könntest Weizenkeime essen.

Dort ist viel Spermidin enthalten.
Wäre interessant, ob es mit Weizenkeimen
dann immer noch zu Juckreiz kommt.
spar dir die mühe es ist nur ein bot x(

Subject: Aw: Kann ein erhöhter Prolaktinspiegel Haarausfall verursachen?
Posted by [Kokosnuss](#) on Thu, 16 Apr 2026 03:08:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

arthurcole schrieb am Mi., 15 April 2026 08:52 Ein kurzfristiger Prolaktinanstieg wirkt sich normalerweise nicht so schnell auf Haare aus, eher auf längere Sicht bei chronisch erhöhten Werten. Hast du schon andere Faktoren wie Stress, Hautempfindlichkeit oder verwendete Pflegeprodukte berücksichtigt?

Ich bin eigentlich dauerhaft unter Stress, das ist bei mir eher der Normalzustand.
Hautempfindlichkeit hab ich keine und spezielle Pflegeprodukte nutze ich auch nicht, einfach nur ganz normales Schauma shampoo.

Norwood-packt-das-an schrieb am Mi., 15 April 2026 10:22 Frauen haben MEHR Prolaktin im Blut als Männer!

Und trotzdem werden sie viel seltener und auch milder von AGA heimgesucht als Männer.

Das mit dem Orgasmus kann aber trotzdem stimmen.
Ich vermute hier allerdings einen anderen Mechanismus:
Im Sperma steckt viel Spermidin.
Dieses ist sehr wichtig für das Haarwachstum.
Nach jedem Orgasmus muss ja neues Sperma gebildet werden.
Folglich zieht der Körper all sein Spermidin im Blut für die Spermaproduktion zusammen.
Und für die Haare bleibt dann nichts mehr übrig.

Spermidin wirkt gegen AGA.
Dazu gibt es Studien.

Du könntest Weizenkeime essen.
Dort ist viel Spermidin enthalten.
Wäre interessant, ob es mit Weizenkeimen
dann immer noch zu Juckreiz kommt.
Interessanter Gedanke mit dem Spermidin, davon hatte ich so noch nicht gehört. Weizenkeime

pilos schrieb am Mi., 15 April 2026 11:02
spar dir die mühe es ist nur ein bot x(
