
Subject: Maca

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Dec 2006 14:02:27 GMT

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

Besonders für die Leute, die bei Fin und Dut von NW geplagt werden, könnte doch Maca interessant sein!

Meinungen und Erfahrungen dazu können hier abgegeben werden!

Subject: Re: Maca

Posted by [MarcWen](#) on Tue, 05 Dec 2006 14:04:51 GMT

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

Unkreativer schrieb am Die, 05 Dezember 2006 15:02Besonders für die Leute, die bei Fin und Dut von NW geplagt werden, könnte doch Maca interessant sein!

Meinungen und Erfahrungen dazu können hier abgegeben werden!

Was denn Maca?? Hast du mal nen Infolink?

Subject: Re: Maca

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Dec 2006 14:09:18 GMT

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

MarcWen schrieb am Die, 05 Dezember 2006 15:04Unkreativer schrieb am Die, 05 Dezember 2006 15:02Besonders für die Leute, die bei Fin und Dut von NW geplagt werden, könnte doch Maca interessant sein!

Meinungen und Erfahrungen dazu können hier abgegeben werden!

Was denn Maca?? Hast du mal nen Infolink?

Hi Marc!

Hier hab ich mal was: <http://www.vitaminexpress.net/shop/macana/macana.html>

Aber ist nix Neutrales, also nicht überbewerten. Ist im Netz aber ne Menge zu finden.

Subject: Re: Maca

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Dec 2006 15:13:45 GMT

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

MarcWen schrieb am Die, 05 Dezember 2006 15:04Unkreativer schrieb am Die, 05 Dezember

2006 15:02Besonders für die Leute, die bei Fin und Dut von NW geplagt werden, könnte doch Maca interessant sein!

Meinungen und Erfahrungen dazu können hier abgegeben werden!

Was denn Maca?? Hast du mal nen Infolink?

Hier gibts bessere Infos:

http://de.wikipedia.org/wiki/Maca_%28Pflanze%29

Subject: Re: Maca

Posted by [pilos](#) on Tue, 05 Dec 2006 15:38:56 GMT

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

Unkreativer schrieb am Die, 05 Dezember 2006 15:02Besonders für die Leute, die bei Fin und Dut von NW geplagt werden, könnte doch Maca interessant sein!

Meinungen und Erfahrungen dazu können hier abgegeben werden!

ich halte die wirkung für ziemlich zweifelhaft.....billiger und wirkungsvoller als die Mischung agnus/cimi gibt es kaum....

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/35535/e42d7af6f6cea3259e1b958dd9f11bf2/?srch=yohimbin#msg_35535

Subject: Re: Maca

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Dec 2006 15:52:05 GMT

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

pilos schrieb am Die, 05 Dezember 2006 16:38Unkreativer schrieb am Die, 05 Dezember 2006 15:02Besonders für die Leute, die bei Fin und Dut von NW geplagt werden, könnte doch Maca interessant sein!

Meinungen und Erfahrungen dazu können hier abgegeben werden!

ich halte die wirkung für ziemlich zweifelhaft.....billiger und wirkungsvoller als die Mischung agnus/cimi gibt es kaum....

http://www.alopezie.de/fud/index.php/m/35535/e42d7af6f6cea3259e1b958dd9f11bf2/?srch=yohimbin#msg_35535

Genau die beiden nehme ich und habe im Moment keine Probleme mit ED oder Libido. Habe aber Fin auf 2x0,25mg oral und 1 mg topisch täglich reduziert bzw. erweitert.

Eine interessante Studie zu Maca:

Zitat:

Effect of *Lepidium meyenii* (MACA) on sexual desire and its absent relationship with serum testosterone levels in adult healthy men.

- * Gonzales GF,
- * Cordova A,
- * Vega K,
- * Chung A,
- * Villena A,
- * Gonez C,
- * Castillo S.

Instituto de Investigaciones de la Altura, Universidad Peruana Cayetano Heredia, Lima, Peru.
iiad@upch.edu.pe

This study was a 12-week double blind placebo-controlled, randomized, parallel trial in which active treatment with different doses of Maca Gelatinizada was compared with placebo. The study aimed to demonstrate if effect of Maca on subjective report of sexual desire was because of effect on mood or serum testosterone levels. Men aged 21-56 years received Maca in one of two doses: 1,500 mg or 3,000 mg or placebo. Self-perception on sexual desire, score for Hamilton test for depression, and Hamilton test for anxiety were measured at 4, 8 and 12 weeks of treatment. An improvement in sexual desire was observed with Maca since 8 weeks of treatment. Serum testosterone and oestradiol levels were not different in men treated with Maca and in those treated with placebo (P:NS). Logistic regression analysis showed that Maca has an independent effect on sexual desire at 8 and 12 weeks of treatment, and this effect is not because of changes in either Hamilton scores for depression or anxiety or serum testosterone and oestradiol levels. In conclusion, treatment with Maca improved sexual desire.

PMID: 12472620 [PubMed - indexed for MEDLINE]

Hier mal die interessanteste Tabelle aus dem Paper:

Ähm, ich meinte eigentlich diese hier:

File Attachments

1) [Unbenannt2.PNG](#), downloaded 1395 times

Treatment	0 weeks	4 weeks	8 weeks	12 weeks
Placebo	1.00	1.33 ± 0.37	0.83 ± 0.11	0.83 ± 0.11
Maca	1.00	1.84 ± 0.24 ^a	2.47 ± 0.27 ^{a,b}	2.47 ± 0.27 ^{a,b}

Data are mean ± standard error of mean (SEM). ^aP:NS; ^bP < 0.001 with respect to placebo. *P < 0.01 with respect to basal values (0 weeks).

Subject: Re: Maca

Posted by [Unkreativer](#) on Tue, 05 Dec 2006 16:05:08 GMT

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

Es waren übrigens 57 Testpersonen! Das war bisher aus den geposteten Daten nicht ersichtlich!

Subject: Aw: Maca

Posted by [Mlecko](#) on Mon, 04 Apr 2011 11:39:44 GMT

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

Maca wär meiner Meinung nach kontraproduktiv. Es erhöht den Testosteronwert, wodurch eig. ja auch mehr DHT produziert wird.

Subject: Aw: Maca

Posted by [rose67](#) on Mon, 13 Jun 2011 16:45:38 GMT

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

Hallo,

nehme seit ca. fünf Wochen selbst Maca und ich habe seit ca. zwei Wochen recht üblen Haarausfall. Zufall? Nehme nun statt REgaine 2 % nun 5 %.

Da Maca irgendwie Testeron erhöht oder so ähnlich denke ich mir nun, dass Maca die Ursache für den Haarausfallschub ist.

Habe seit 20 Jahren androgenen/erblichbedingten Haarausfall.

Mlecko meinte ja sogar, das Maca kontraproduktiv sei.

Was meint Ihr, ist das Fakt?

LG Rose

Subject: Aw: Maca

Posted by [alpha2](#) on Tue, 21 Jun 2011 20:23:01 GMT

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

So, ich versuche jetzt mal was klarzustellen

Diese Macawurzel soll angeblich den Testosteronspiegel erhöhen ,was auch durchaus sein kann.

ABER dadurch einen erhöhten DHT Gehalt zu folgern ist etwas fraglich ,DENN jeder der Fin. nimmt zerstört oder denaturiert zugleich das Enzym 5alpha-Reduktase ,welches Testosteron zu DHT umwandelt bzw. reduziert.

SO! Das Enzym wird also wirkungslos..Oder nahezu wirkungslos.

Ergo kann nicht mehr so viel Testo in DHT umgewandelt werden und es besteht ZUNÄCHST ein Testo Überschuss.

Wir wissen aber auch ,dass der Spiegel ständig reguliert wird und sich nach einiger Zeit einpendelt.

Nun ist es ja so ,dass die NOCH vorhandenen Enzyme weiterhin Testo in DHT reduzieren, da Fin. nicht alle Enzyme vernichtet. Tritt nun der Fall ein ,dass aus irgendwelchen Gründen auch immer mehr Testo. im Blut ist als sonst ,wie beispielsweise durch die Einnahme der Macawurzel, so spielt es keine Rolle ,da das Enzym ohnehin unter "Volllast" arbeitet und das reduziert,was es vor die Nase bekommt.

Man könnte jetzt noch meinen "Ja,aber wenn mehr da ist ,wird mehr verwertet" ,aber nein, der Körper produziert ohnehin ständig Testo. nach und es wird demnach nie vollständig aufgebraucht.

Wenn meine Oberstufenbiologie und die Fachkenntnis bezüglich des Hormonspiegels nun ausreichend und fehlerfrei war ,kann man festhalten ,dass der Testo.wert ,sei er noch so hoch, keinen - oder nahezu keinen Einfluss auf den resultierenden DHT Wert hat.

Fertig.

Habe ich irgendwelche sachlogische Fehler gemacht oder stimmt mein Gedankengang grundsätzlich nicht ,so könnt ihr mich gerne korrigieren

Man ,ich sollte Medizin studieren !

Gruß alpha

EDIT: Gilt natürlich nur für Fin. Patienten

Subject: Aw: Maca

Posted by [rose67](#) on Wed, 22 Jun 2011 16:22:29 GMT

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

Hallo,

und wie ist das bei Leuten (Frauen) die keine Fin nehmen? ist da die Gefahr des verstärkten Haarausfalls bei Einnahme von Maca groß?

LG Rose

Subject: Aw: Maca

Posted by [alpha2](#) on Thu, 23 Jun 2011 15:39:51 GMT

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

Ich habe leider KEINE AHNUNG ,wie das ganze bei Frauen aussieht ,weil ich mich nie damit beschäftigt habe, tut mir leid.

Subject: Aw: Maca

Posted by [Mlecko](#) on Thu, 23 Jun 2011 19:13:11 GMT

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

Die AGA bei Frauen wird glaube ich nicht durch DHT verursacht. Hab ich mal so gehört. Das hat da andere Ursachen.
