
Subject: Melatonin / DHEA

Posted by [tvtotalfan](#) on Thu, 05 Jan 2006 21:52:58 GMT

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

auch nicht schlecht

http://cgi.ebay.de/Melatonin-und-DHEA_W0QQitemZ7208289300QQcategoZ47872QQssPageNameZWVWQQrdZ1QQcmdZViewItem

Subject: Re: Melatonin / DHEA

Posted by [Quick](#) on Fri, 06 Jan 2006 13:00:55 GMT

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

tvtotalfan schrieb am Don, 05 Januar 2006 22:52 auch nicht schlecht

http://cgi.ebay.de/Melatonin-und-DHEA_W0QQitemZ7208289300QQcategoZ47872QQssPageNameZWVWQQrdZ1QQcmdZViewItem

naja, man sollte bedenken das dhea ein hormon der nnr ist, und auf indirektem wege auch testosterone und andere androgene erhöhen kann. weis nicht ob es so sinnvoll bei einem erblich bedingten haarausfall ist. wer versucht auf der einen seite durch 5 ar hemmer dht zu reduzieren und auf der anderen seite dhea zu sich nimmt, arbeitet uneffizient

Quick

Subject: Re: Melatonin / DHEA

Posted by [tino](#) on Fri, 06 Jan 2006 13:03:58 GMT

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

Hallo Quick

Also Sinn macht das schon zusammen mit Proscar(wegen IGF-1 etc),...aber eher dann nicht,wenn genetisch mutierte AR,oder abnormal hohe Androgenspiegel bestehen.In meinem Fall z.b,..bin über 30,und habe keine fehlfunktionierende Androgensynthese,..dafür aber "altersentsprechenden" Abbau der Wachstumshormone.

Gruss Tino

Subject: Re: Melatonin / DHEA

Posted by [Quick](#) on Fri, 06 Jan 2006 13:07:49 GMT

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

tino schrieb am Fre, 06 Januar 2006 14:03Hallo Quick

Also Sinn macht das schon zusammen mit Proscar(wegen IGF-1 etc),...aber eher dann nicht,wenn genetisch mutierte AR,oder abnormal hohe Androgenspiegel bestehen.In meinem Fall z.b,..bin über 30,und habe keine fehlfunktionierende Androgensynthese,..dafür aber "altersentsprechenden" Abbau der Wachstumshormone.

Gruss Tino

Also Sinn macht das schon zusammen mit Proscar(wegen IGF-1 etc),...

meinst du das in bezug auf ha? oder anti aging?

Quick

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [tino](#) on Fri, 06 Jan 2006 13:12:04 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Natürlich HA.

Das erhöht doch IGF-1 und Östrogen,...und was Anti-Aging betrifft,...nur über neben einer z.b Finasterid praktizierten Anti-Aging behandlung können beste Ergebnisse erzielt werden.Erst das Altern erlaubt die Athrophie der Follikel.Sonst hätte man auch schon mit 13 AGA.

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [Quick](#) on Fri, 06 Jan 2006 13:25:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Fre, 06 Januar 2006 14:12Natürlich HA.

Das erhöht doch IGF-1 und Östrogen,...und was Anti-Aging betrifft,...nur über neben einer z.b Finasterid praktizierten Anti-Aging behandlung können beste Ergebnisse erzielt werden.Erst das Altern erlaubt die Athrophie der Follikel.Sonst hätte man auch schon mit 13 AGA.

ja aber wer sagt das das altern einen direkten bezug zum dhea hat? das es abnimmt konnte ich auch schon aus mehreren studien bei pubmed und anderen seiten entnehmen, aber erhöhung der androgene kann zu vermehrtem haarausfall beitragen. igf-1 bekommt man auch anders wieder hoch, wieso sollte man zu dhea greifen, zudem habe ich noch diesen artikel dazu gefunden:

Kranke junge Menschen, die wegen einer Unterfunktion ihrer Nebennierenrinde an einem DHEA-Mangel leiden, profitierten laut einigen Studien von einem Ersatz von DHEA durch

Medikamente. Es wirkt günstig auf Wohlbefinden, Stimmung und Sexualität aus.

Im Gegensatz dazu kam der Würzburger Endokrinologe Prof. Bruno Allolio bei einer Studien mit gesunden Männern zwischen 50 und 70 Jahren, die sehr niedrige DHEA-Spiegel im Blut aufwiesen, zu keinem solchen Ergebnis. Die Studienteilnehmer erhielten vier Monate lang DHEA. Danach war zwar der DHEA-Wert angestiegen, aber das hatte keinen Einfluss auf Sexualität, Vitalität und Wohlbefinden.

Der letzte Stand ist daher: Bei einem krankhaft bedingten Mangel an DHEA wirkt sich der Ersatz mit Medikamenten positiv aus. Doch wenn der Körper im Alter weniger DHEA herstellt, bedeutet das noch nicht, dass eine künstliche Zufuhr des Prohormons die Leistung des jungen Organismus zurückbringt. Die Beweise, dass DHEA als Wundermittel gegen das Altern wirke, stehen also noch aus. Und damit auch Daten zur Verabreichungsform: Wirkt DHEA nur gespritzt oder auch als Tablette? Welche Mengen sind sinnvoll?

Quick

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [tino](#) on Fri, 06 Jan 2006 14:07:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Allolio ist ein Anti-Aging Feind! Er macht auch Melatonin schlecht, weil er nichts davon versteht, ...rein gar nichts! Melatonin und DHEA halten das IGF-1 aufrecht, ...und der altersbedingte Abbau beider Hormone ist immer als krankhaft zu bezeichnen, ...der gesamte Alterungsprozess und die ihm assoziierte hormonelle Stoffwechsellaage ist ein pathologischer Zustand! Es gibt keinen nicht vorhandenen DHEA oder Melatoninmangel im Alter! IGF-1 hängt von vielen Hormonen ab, ...auch vom Prohormon DHEA.

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [Quick](#) on Fri, 06 Jan 2006 15:08:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Fre, 06 Januar 2006 15:07 Allolio ist ein Anti-Aging Feind! Er macht auch Melatonin schlecht, weil er nichts davon versteht, ...rein gar nichts! Melatonin und DHEA halten das IGF-1 aufrecht, ...und der altersbedingte Abbau beider Hormone ist immer als krankhaft zu bezeichnen, ...der gesamte Alterungsprozess und die ihm assoziierte hormonelle Stoffwechsellaage ist ein pathologischer Zustand! Es gibt keinen nicht vorhandenen DHEA oder Melatoninmangel im Alter! IGF-1 hängt von vielen Hormonen ab, ...auch vom Prohormon DHEA.

das sehe ich nicht so!!! der altersbedingte Abbau beider Hormone ist physiologisch. krankhaft ist er nur für denjenigen, der ein Problem mit dem Altern hat. naja, das der Alterungsprozess ein

pathologischer Zustand ist, da teilen sich die Meinungen bestimmt, selbst wenn es stimmen mag, ist auch er physiologisch.

Quick

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [pilos](#) on Fri, 06 Jan 2006 15:22:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Quick schrieb am Fre, 06 Januar 2006 16:08tino schrieb am Fre, 06 Januar 2006 15:07Allolio ist ein Anti-Aging Feind!Er macht auch Melatonin schlecht,weil er nichts davon versteht,...rein gar nichts!Melatonin und DHEA halten das IGF-1 aufrecht,...und der altersbedingte Abbau beider Hormone ist immer als krankhaft zu bezeichnen,..der gesamte Alterungsprozess und die it ihm assoziierte hormonelle Stoffwechsellaage ist ein pathologischer Zustand!Es gibt keinen nicht vorhandenen DHEA oder Melatoninmangel im Alter!IGF-1 hängt von vielen Hormonen ab,..auch vom Prohormon DHEA.

das sehe ich nicht so!!! der altersbedingte Abbau beider Hormone ist physiologisch. krankhaft ist er nur für denjenigen der ein Problem mit dem Alt werden hat. naja das der Alterungsprozess ein pathologischer Zustand ist, da teilen sich die Meinungen bestimmt, selbst wenn es stimmen mag, ist auch er physiologisch.

Quick

beim @tino ist Altern pathologisch, er versteht gar nicht das Altern.....bzw. fürchtet sich davor wie vor dem Fegefeuer...aber keine Angst @tino...alle haben daran glauben müssen.....du wirst auch keine Ausnahme machen..... ...denn es ist nicht ALLES oxidativer Stress...da gibt es noch andere Feinheiten....wo es mit ein paar Pillen mal so reinwerden Nix bringt....den selbst die Zellteilungsfähigkeit ist begrenzt....na ja mit Ausnahme einer wuchernden, immortalisierten, gestaltlosen Hybridoma

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [tristan](#) on Fri, 06 Jan 2006 15:44:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Leute,

Also DHEA nimmt im Alter aufgrund der nachlassenden Aktivität der Nebenniere ab.

Es ist ein wichtiges Prohormon, aber nur wenn es im Bereich von 100-200 bleibt. Alles darüber funktioniert als Androgenvorstufe! Wird über versch. Enzyme (STS etc.) zu DHT metabolisiert, ich hatte letztes ne Studie die auch zeigte dass DHEA auf Rattenhaut einen exklusiv androgenen Effekt ausübt.

Es kommt hier also auf die Menge an! Ich würde das nur machen wenn man genau seine Werte kennt, sonst könnte es wirklich nach hinten losgehen. Es wäre jedoch viel sicherer die Endhormone zu geben, denn da kann man richtig konzentrieren. Beim DHEA kommt es ja immer auf die Enzyme an, von daher kann man den Ausgang schlecht vorhersagen! Allerdings ist es natürlich einfacher an DHEA zu kommen als an die Endhormone.

Also, DHEA ist sehr wichtig, aber bei Supplementierung sollten die Werte streng überwacht werden.

Gruß
tristan

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [tino](#) on Fri, 06 Jan 2006 15:48:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"der altersbedingte abbau beider hormone ist physiologisch. krankhaft ist er nur für denjenigen der ein problem mit dem alt werden hat. naja das der alterungsprozess ein pathologischer zustand ist, da teilen sich die meinungen bestimmt, selbst wenn es stimmen mag, ist auch er physiologisch."

Wenn es kein pathologischer Zustand ist, der zwangsläufig Erkrankungen wie Alzheimer mit sich bringt, ..was ist dieser Zustand, der Versagen von Reperaturenzymen und Regulationsmechanismen zu Folge hat, dann?

In 15 Jahren wirst du mir ganz sicher das erste mal Recht geben Quick:-)

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [Quick](#) on Fri, 06 Jan 2006 19:28:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Fre, 06 Januar 2006 16:48 "der altersbedingte abbau beider hormone ist physiologisch. krankhaft ist er nur für denjenigen der ein problem mit dem alt werden hat. naja das der alterungsprozess ein pathologischer zustand ist, da teilen sich die meinungen bestimmt, selbst wenn es stimmen mag, ist auch er physiologisch."

Wenn es kein pathologischer Zustand ist, der zwangsläufig Erkrankungen wie Alzheimer mit sich bringt, ..was ist dieser Zustand, der Versagen von Reperaturenzymen und

Regulationsmechanismen zu Folge hat,dann?

In 15 Jahren wirst du mir ganz sicher das erste mal Recht geben Quick:-)

nein ich gebe dir jetzt schon recht, die mit dem alter auftretenden erkrankungen wie beispielsweise alzheimer sind ganz klar pathologisch, aber sie treten nicht zwangsläufig auf. ich weis wovon ich rede, nach 4 jahren arbeiten im krankenhaus als pflegepersonal habe ich so manchen in die pathologie gefahren, und fast ständig mit menschen mitte 50-... zutun. der abbau der hormone sowie das altern ansich mag streng medizinisch genommen pathologisch sein, ok, aber es ist nicht vergleichbar wie mit einer khk oder krebs,denn diese sind nicht physiologisch. das altern schon. bei jedem.

Quick

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [tino](#) on Fri, 06 Jan 2006 19:48:43 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich kann dir statistisch nicht sagen wieviele Menschen im höheren Alter im Durchschnitt eine "Alterserkrankung" erfahren.Im prinzip bekommt jeder mal Alzheimer(Alterung der Hirnzellen,nicht mehr und nicht weniger)),...nur leben viele nicht bis zum Ausbruch,der unter hormonell und enzymatisch guten Bedinungen,sehr sehr spät eintreffen dürfte.Ich glaube aber das mehr als 60% früher oder später eine Alterserkrankung,die mit oxidativem Stress und hormonabbau assoziiert ist bekommt.

Also mitte 50 ist eigentlich noch kein hohes Alter.

Wo warst du denn,...Johaniter beim Tower:-)?

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [Quick](#) on Fri, 06 Jan 2006 19:51:26 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hehe nein , in der nähe vom michelsberg und bin dort immer noch;) müssteste eigentlich kennen, mehr anhaltspunkte gibts nicht

Quick

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [tino](#) on Fri, 06 Jan 2006 20:52:23 GMT

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

"hehe nein , in der nähe vom michelsberg"

Ha ha,..da bin ich aufgewachsen,..einen halben km vom Michelsberg entfernt:-)Klar kenne ich das,..schräg gegenüber hat mal meine Freundin gewohnt,..da in dem Haus wo der Dr M..... seine Praxis hatte:-)Ist aber nicht so gut die Klinik...

Subject: Re: Melatonin / DHEA

Posted by [Quick](#) on Sat, 07 Jan 2006 19:04:36 GMT

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

tino schrieb am Fre, 06 Januar 2006 21:52"hehe nein , in der nähe vom michelsberg"

Ha ha,..da bin ich aufgewachsen,..einen halben km vom Michelsberg entfernt:-)Klar kenne ich das,..schräg gegenüber hat mal meine Freundin gewohnt,..da in dem Haus wo der Dr M..... seine Praxis hatte:-)Ist aber nicht so gut die Klinik...

ne hat nicht mehr son guten ruf wie früher aber in sachen kardiologie ist sie eine der besten in deutschland.

achja der dr.m hat jetzt die dialyse leitung übernommen

Quick

Subject: Re: Melatonin / DHEA

Posted by [tvtotalfan](#) on Fri, 20 Jan 2006 20:20:33 GMT

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

Hi Leute,

der Euro den ich dafür ausgegeben hab wars meines Erachtens wert ;o)
wer Zeit zum Lesen hat kann sich das ja mal reinziehen:

File Attachments

1) [DHEA_Melatonin.pdf](#), downloaded 549 times

Subject: Re: Melatonin / DHEA

Posted by [tino](#) on Fri, 20 Jan 2006 20:43:41 GMT

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

Hallo

Schöner Artikel,..das Kapitel Melatonin htte ich nicht anders geschrieben,..bzw ich htte nur noch erwähnt das Melatonin auch die nächtliche IGF-1 Ausschüttung moduliert.

Ist soweit alles richtig was da steht!

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [tristan](#) on Fri, 20 Jan 2006 21:17:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

bis auf die Tatsache dass DHEA ziemlich beschönigt wird. Ich halte es für gefährlich DHEA zu nehmen wenn nicht die Vorraussetzungen gegeben sind die ich oben schon erwähnt hatte. Habe hier ne Liste mit Fallbeispielen wie sich DHEA Substitution auf die Hormone ausgewirkt hat, und im Hinblick auf Haarausfall sind das keine guten Ergebnisse. DHEA ist maßgeblich an der Entstehung von Haarausfall und vor allem Akne beteiligt (unabhängig von Androst.), es wirkt von außen zugeführt, abgesehen von der nicht vorhersehbaren Metabolisierung auch störend auf die Hypophysen-Hoden-Achse, kann dadurch die Potenz erheblich negativ beeinflussen etc.. Alle positiven Wirkungen können gezielt durch die Gabe der ENDhormone erreicht werden. Ich habe den Text nur überflogen, aber Depressionen beispielsweise sind vor allem bei hohen DHEA-S Werten die Regel.

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [tino](#) on Fri, 20 Jan 2006 21:30:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Schon klar das DHEA nur bei Mangel gegeben werden soll,..oder halt bei altersbedingtem Abfall feinstens dosiert.Aber siehe meine Seite,..es moduliert auch L-Carnitin,und damit die mitochondriale Energie.

Gruss Tino

Subject: Re: Melatonin / DHEA
Posted by [tristan](#) on Fri, 20 Jan 2006 21:44:46 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Tino,

Alles klar. Denn DHEA ist immerhin kein Vit. C.

Gruß
tristan

Subject: Melatoninwirkung

Posted by [tvtotalfan](#) on Mon, 23 Jan 2006 18:40:47 GMT

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

Hi Leute,

nehme jetzt seit 3 Tagen ca. 1h vor dem schlafen gehn 1Tablette mit 3mg Melatonin ein. Jede Nacht bin ich mind. 3x mitten in der Nacht aufgewacht, war jedes mal "TOPFIT" und hätte sofort aufstehen können um den Tag zu beginnen, aber um 2 oder 4 Uhr morgens ist das ja ziemlich doof. Eingeschlafen bin ich dann wieder recht schnell (so nach 10-15 Minuten), aber ist das denn normal unter 3mg Melatonin ??? Ich dachte bisher man schläft wie ein Stein wenn man sich das Zeugs einnimmt und wacht auf wie neu geboren. Ansonsten spühre ich aber keine VERänderung in meinem Schlaf und auch nicht tagsüber (so dass ich dadurch irgendwie fitter/wacher wäre als sonst).

ist das normal ?

Subject: Re: Melatoninwirkung

Posted by [Foxy](#) on Mon, 23 Jan 2006 19:28:42 GMT

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

Ist bei mir auch so!

Foxy

Subject: Re: Melatoninwirkung

Posted by [tvtotalfan](#) on Mon, 23 Jan 2006 19:48:43 GMT

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

@Foxy

Du meinstest doch dass es bei Dir in der Ersten Woche super gewirkt hat, Du dann aber müde geworden bist (evtl. Melatoninansammlung im Gewebe), dann müsstest Du eben einfach weniger nehmen...

Ich mach das jetzt die nächsten Tage weiter so, mal schauen ob sich was verändert.

Subject: Re: Melatoninwirkung
Posted by [tino](#) on Mon, 23 Jan 2006 19:51:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo

Das hatte ich auch,aber nur anfangs.Das leht sich bald,..dann schlfst du durch und wachst
morgend topfitt auf!

Subject: Re: Melatoninwirkung
Posted by [Quick](#) on Mon, 23 Jan 2006 20:49:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

tino schrieb am Mon, 23 Januar 2006 20:51Hallo

Das hatte ich auch,aber nur anfangs.Das leht sich bald,..dann schlfst du durch und wachst
morgend topfitt auf!

hehe, ich nehme es jetzt seid über 2 wochen, tgl 3mg, und nix topfit hab nur einen deutlich
tieferen schlaf!

Quick
