
Subject: Kennt das wer - Stress und HA (CRH)
Posted by [Hammerhaar](#) on Fri, 24 Aug 2007 09:11:24 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Finde ich interessant:

kennt den Artikel jemand?

<http://www.pnas.org/cgi/content/abstract/99/10/7148>

Ist allerdings in vitro...

Gibt es zum Zusammenhang zwischen CRH und Talgproduktion/Testosteron noch andere Studien?

Subject: Re: Kennt das wer - Stress und HA (CRH)
Posted by [Hammerhaar](#) on Fri, 24 Aug 2007 09:42:23 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Übrigens:

aus eigener Erfahrung weiß ich, dass Stress tatsächlich die Talgproduktion anregen dürfte - ich merke zum Beispiel, dass bei größeren Belastungen untertags, die mit Nervosität in Verbindung stehen, meine Haare viel schneller fetten.

Das gilt allerdings, so weit ich es sehe, nur, wenn ich wirklich nervös bin, wenn ich nur gestresst bin, nicht unbedingt.

Ich würde gerne herausfinden, ob chronischer Stress - vor allem psychischer Stress - die Talgproduktion ebenso chronisch erhöhen kann.

Subject: Re: Kennt das wer - Stress und HA (CRH)
Posted by [Chopper](#) on Fri, 24 Aug 2007 10:11:40 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kenne ich nur zu gut. Bei mir äußert sich Stress vor allem in Form von starkem diffusem Shedding und zwar noch am Tag der Stresseinwirkung. Was den androgenen Haarausfall angeht, kann ich von meiner Seite, entgegengesetzt einiger Expertenmeinungen (z.B. der Münchener Haarexperte Dr. Wolf) sagen, dass es meine AGA noch anfeuert hat. Hatte gerade im letzten Jahr sehr viel Stress wegen meiner beginnenden AGA und anderer Problemchen gehabt. Diese ist sich daraufhin schnell vorangeschritten. Natürlich wäre der auch ohne Stress ausgebrochen, bin mir aber ziemlich sicher, dass dieser durch die Stressoren beschleunigt wurde. Wahrscheinlich erhöhen sich zeitgleich mit der Mehrproduktion des Stresshormons Cortisol auch die Androgene. Testosteron wird durch Stress gesenkt (durch Erhöhung Prolaktin) aber Androstendion, Vorläufer von Cortisol und wahrscheinlich auch DHT werden erhöht.

Das mit der Erhöhung der Talgproduktion kann ich auch bestätigen. Nicht umsonst haben viele Menschen während der Prüfung vermehrt mit Akne zu kämpfen. All dies ist aber nur meine Meinung und keinesfalls verbindlich (bezeichne mich selbst als absoluter Laie). Denke mal der Forenteilnehmer Pilos kann das viel besser erklären.

Subject: Re: Kennt das wer - Stress und HA (CRH)

Posted by [Norwood-packt-das-an](#) on Fri, 24 Aug 2007 12:21:02 GMT

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

Ja, das stimmt.

Meine Mutter wird z.B. immer sehr schnell nervös, eigentlich kann man sagen, steht sie den ganzen Tag unter Strom.

Jegliche Kleinigkeit die ihr nicht in den Kram passt, wird sofort in absoluter Nervosität umgewandelt.

Und sie hat Akne, schon seit Kindheit (sie ist jetzt 44).

Sie sagt selber, wenn sie Urlaub hat, wird die Akne deutlich besser. Scheint demnach definitiv Psychisch bedingt zu sein.

Subject: Re: Kennt das wer - Stress und HA (CRH)

Posted by [Hammerhaar](#) on Fri, 24 Aug 2007 14:03:02 GMT

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

Was ich aber jetzt nicht ganz verstehe:

wenn durch Stress Testosteron gesenkt wird (habe ich auch so im Netz gefunden: Stress als "Testosteron-Vernichter"), wieso steigt dann die Talgproduktion? Ich dachte, Talgproduktion ist von Testo abhängig?

Subject: Re: Kennt das wer - Stress und HA (CRH)

Posted by [Chopper](#) on Fri, 24 Aug 2007 17:35:50 GMT

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

Ist für mich selber neu, aber DHT kann auch noch über einen Umweg synthetisiert werden.

Pilos hat dazu mal eine schöne Grafik gepostet, die du dir im Anhang anschauen kannst. DHT wird also nicht nur über Testosteron gebildet, sondern auch über Androstendion. Der Vorläufer dieses Hormons, das Androstendion (auch Cortisol wird daraus gebildet) steigt unter Stresseinfluss an und damit auch Androstendion/DHT --> Akne. Außerdem hat der Körper unter Stress mit mehr oxidativen Stress zu kämpfen, der entzündliche Prozesse im Körper begünstigt. Das meine Laienmeinung, die besser nochmal von einem Forumexperten bestätigt werden sollte.

File Attachments

1) [DHT.JPG](#), downloaded 295 times

