
Subject: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Udo1](#) on Sun, 16 Dec 2007 19:47:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hallo

ich hab da einen freund der einmal im jahr eine testosteron kur macht. jetzt mit 26 hat er gemerkt das er haarausfall bekommt.

er will jedoch nicht auf das anabolkia verzichten

nun ja, ich wollte mal wissen wie es aussieht wenn man fin und testosteron (250 mg) alle 10 tage mischt. wirkt das fin dann immer noch?

oder sollte man z.b. 2mal am tag fin nehmen, da man ja mehr testosteron im körper hat?

und bitte keine komentare darüber das anabolkia schädlich ist!

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [1234567](#) on Sun, 16 Dec 2007 19:56:06 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

öhm, ich bin zwar keine expertin aber testosteron an sich erstmal ist sogar gut für das haarwachstum.
was schädlich ist, ist das abfallprodukt vom testosteron nämlich das dehydrotestosteron!

finasterid wirkt also nur gegen das abfallprodukt des testosterons heisst also er kann natürlich finasterid versuchen aber dann brauchts keine 2 mg.übrigens erhöht finasterid auf dauer leicht den testosteronspiegel und ob sich da die katze nicht im schwanz beisst, bleibt natürlich offen?!

dutasterid vielleicht 3 mal wöchentlich wäre nicht verkehrt?

lg,
tina

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Udo1](#) on Sun, 16 Dec 2007 20:00:59 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

finasterid ist doch normalerweise nur für den normalen testosteron spiegel gemacht. braucht man dann nicht eine höhere dosierung fin, bei einem höheren testosteron spiegel???

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [pilos](#) on Sun, 16 Dec 2007 20:44:15 GMT

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

Udo1 schrieb am Son, 16 Dezember 2007 21:00finasterid ist doch normalerweise nur für den normalen testosteron spiegel gemacht. braucht man dann nicht eine höhere dosierung fin, bei einem höheren testosteron spiegel???

nein...den nicht testosteron ist der limitierende oder maximierende faktor sondern das enzym 5-AR selbst.

und die wird weder mehr noch weniger mit mehr testosteron.

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Udo1](#) on Sun, 16 Dec 2007 20:54:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

das stimmt ja mal gar nicht!

mehr testosteron - mehr dht

hab in einem bodybuilding forum mal gelesen das fin nur bis zu einer testo dosierung (350mg/woche) wirkt...danach sollte man dut nehmen. da steht auch das manche bodybuilder bis zu 10mg fin nehmen

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [1234567](#) on Sun, 16 Dec 2007 20:59:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Udo1 schrieb am Son, 16 Dezember 2007 21:54das stimmt ja mal gar nicht!

mehr testosteron - mehr dht

hab in einem bodybuilding forum mal gelesen das fin nur bis zu einer testo dosierung (350mg/woche) wirkt...danach sollte man dut nehmen. da steht auch das manche bodybuilder bis zu 10mg fin nehmen

warum stellst eigentlich fragen wenn du die anworten schon für dich weisst?

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Haar-in-der-Suppe](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:07:27 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

außerdem ist haarausfall eine gerechte bestrafung für testo-kur

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Udo1](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:14:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

da ist wohl jemand neidisch

ich wollte wissen ob hier jemand was genaueres dazu sagen kann.
hab auch gehört das dass auf der bodybuilding seite nicht ganz genau stimmt

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [erroramp](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:17:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ist doch logo...Fin bindet nur an ca. 70% der 5AR...der Rest ist weiterhin aktiv und bei dem entsprechenden Nachschub an T wird eben auch kräftig DHT produziert.
Wenn Fin nicht reicht, nimm Dut. Aber das ist kein Spielzeug mehr.
Und dann noch ein Aromatasehemmer, damit Dir bei dem ganzen freien T keine Titten wachsen.
Dann ist der Cocktail perfekt...

Gruß
Chris

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Udo1](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:26:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

glaub kaum das es für ein bodybuilder ein problem darstellt

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [erroramp](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:29:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Udo1 schrieb am Son, 16 Dezember 2007 22:26glaub kaum das es für ein bodybuilder ein problem darstellt

Was kein Problem darstellt???

Gruß
Chris

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Alibi](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:29:54 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Udo1 schrieb am Son, 16 Dezember 2007 21:54das stimmt ja mal gar nicht!

mehr testosteron - mehr dht

hab in einem bodybuilding forum mal gelesen das fin nur bis zu einer testo dosierung (350mg/woche) wirkt...danach sollte man dut nehmen. da steht auch das manche bodybuilder bis zu 10mg fin nehmen

du hörst und liest recht viel...schrott.

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Udo1](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:31:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

na so ein cocktail

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [erroramp](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:39:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Udo1 schrieb am Son, 16 Dezember 2007 22:31na so ein cocktail

Nun, wer drauf steht...komisches Hobby.

Gruß
Chris

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Udo1](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:46:13 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

darum geht es jetzt doch gar nicht...dürfte doch eh jeden klar sein das sich bodybuilder große mengen an steroide und anderem reinhauen...

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Sonic Boom](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:49:35 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mir hat mal ein Freund der Bodybuilding gemacht hat, erzählt daß seine Kollegen sich für Propecia sehr interessieren da durch das Anabolika der Haarausfall doch zunimmt.

Stimmt es eigentlich das bei Schwarzenegger durch dieses Steroid-Zeug das Kinn gewachsen ist? Hab ich jetzt auch schon 2 mal gehört. Ich mein da würd ich sofort die Finger davon laßen wenn irgendwelche Körteile sich vergrößern. Es sei denn nur ein bestimmtes.

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [1234567](#) on Sun, 16 Dec 2007 21:56:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ich glaub das mit dem kinn entstand durch das substituieren von wachstumshormonen...testosteron und wie das alles heisst was die sih knallen.

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [stef84](#) on Sun, 16 Dec 2007 22:50:30 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Erstens: Anabolika ist schädlich

Zweitens: Wenn du eh schon eine Neigung zu HA hast, kann es durchaus passieren, dass es dir die Haare wegfeigt.

Es ist unumstritten, dass Anabolika bei genetisch anfälligen HA auslösen bzw. verstärken kann. Fin wirkt schon weiterhin. Aber ob es noch ausreicht, muss jeder selbst rausfinden.

Drittens: Anabolika gestärkte Körper sehen scheiße aus! Keine normale Frau steht auf sowas! Ich will jetzt nicht sagen, dass ich den perfekten Körper habe (), aber den Frauen gefällt es glaub ich. Und dass ohne Anabolika. Nur mit Eiweiß, einmal im Jahr Kreatinkur und ein paar Supplements. Ich bin zwar ziemlich am Limit angekommen, d.h. mehr geht wohl nicht mehr "natural" und bei meiner Genetik. Aber ich denke es kann sich trotzdem sehen lassen und ich ruiniere nicht meine Gesundheit. Wo ich mit Fin ja schon etwas mit angefangen habe

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [ezekiel](#) on Sun, 16 Dec 2007 23:48:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

"einmal im Jahr Kreatinkur".... du bist ja ein Pflaumenaugust... und glaube mir, es gibt wahnsinnig viele Frauen die auf "Anabolika-Muskeln" stehen - es kommt nur immer darauf an, wie weit man es treibt. Pauschalisieren bringt so oder so nichts. Damit ließe sich dann nämlich jede noch so blöde Position vertreten.

Jedenfalls geht es hier nicht um eure Meinung zum Konsum selber, sondern um eure Einschätzung bezgl. der Wirkung von Fin bei stark erhöhtem Testosteron-Spiegel. Da du (Udo) dir hier eh keinen vernünftigen Rat einholen kannst, empfehle ich dir mal folgendes Forum: <http://bbszene.de/board/>
Schau' auch ruhig mal hier vorbei: <http://www.team-andro.com/phpBB2/>

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [farin](#) on Mon, 17 Dec 2007 00:28:34 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

naa bbszene kannst du ja mal voll knicken....

andro hingegen ist schon okay...

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Homers](#) on Mon, 17 Dec 2007 01:32:22 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

ezeziel schrieb am Mon, 17 Dezember 2007 00:48 es gibt wahnsinnig viele Frauen die auf "Anabolika-Muskeln" stehen -

ich für meinen teil glaube das eher weniger.

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Sssnake](#) on Mon, 17 Dec 2007 01:39:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Das Anabolikum - die Anabolika.

Dass Kinn, innere Organe* usw. wachsen liegt in der Tat am Wachstumshormon. Und nicht an Steroiden. Testo plus dessen Abkömmlinge = Anabolikum != Wachstumshormon

Zu Arnies Hochzeiten war STH (= Wachs) noch nicht en vogue.

*Ausnahme bspw. Herz = Muskel

Wenn's interessiert, kann ich einen vom "Erfinder" dezidiert als haarschonend bezeichneten Cycle posten. Ist aber eher nix für Newbies. Grundsätzlich ist z.B. Nandrolon ("Deca") haarschonend. Es kann nicht zu DHT konvertieren. Aber google vorher mal nach "Deca Dick" ...

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [ezeziel](#) on Mon, 17 Dec 2007 02:09:12 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Ich, für meinen Teil, kenne sehr viele

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Udo1](#) on Mon, 17 Dec 2007 04:40:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

die infos hab ich ja von team-andro.

ach ja, na klar stehen viele frauen auf solche muskeln. mein freund sieht aus wie ein stripper, und was der alles vors rohr kriegt....

es ist ja auch so das er schon einen guten körper hat, er will nur im sommer etwas testo nehmen um seine muskeln mehr aufpumpen. gleichzeitig will er keine weiteren haare verlieren. hat jetzt schon mit fin angefangen

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [mrmetal](#) on Mon, 17 Dec 2007 05:15:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

neidisch auf jemanden der testo nimmt...

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [mrmetal](#) on Mon, 17 Dec 2007 05:23:09 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

sind wohl solche frauen die selber aussehen wie männer mit grösseren brustwarzen und make up.

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [1234567](#) on Mon, 17 Dec 2007 06:09:56 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

also mal dazwischenfunke!

ich find mukis an männern ganz gut und ja auch anabolikamukis sowie natural wenn sie noch durch die türe passen.

nur das total übertriebene sieht nicht so dolle aus aber ansonsten find ich schwarzenegger in

jungen jahren vom body lecker!!!

und das war eine frauenmeinung!

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Sssnake](#) on Mon, 17 Dec 2007 06:53:16 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Man schaue nur in ein durchschnittliches Tussenbüro. Was hängt da neben George Clooney? Irgendso ein Stripperkalender mit hübschen Muscleboys. Dass die (oder irgendein Men's Health, CK oder was auch immer Model) natural oder hetero sind, ist eher die Ausnahme.

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [pilos](#) on Mon, 17 Dec 2007 08:31:03 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Udo1 schrieb am Son, 16 Dezember 2007 21:54das stimmt ja mal gar nicht!

mehr testosteron - mehr dht

hab in einem bodybuilding forum mal gelesen das fin nur bis zu einer testo dosierung (350mg/woche) wirkt...danach sollte man dut nehmen. da steht auch das manche bodybuilder bis zu 10mg fin nehmen

und ob das stimmt...

1. die 5-AR der limitierende Faktor. selbst wenn Fin nur die 5AR-II hemmt...macht die 70% der gesamten 5AR aus.

wenn ich mit 1,5 mg 70% des 5AR in form von 5AR-II ausschalte dann bleiben nur noch 30% 5AR-I+5AR-III.

wenn ich mit 2,0 mg das gesamte 5AR-II ausschalte dann können die 5-10 mg nicht mehr bewirken, weil 2 mg schon alles gekillt hat.

2. nur freies testosteron kann zur DHT umgewandelt werden. testosteron schwirrt nicht so einfach frei in blut herum, sondern ist zu 98% an plasma-proteine gebunden.

3. klar wenn man auch die 30% 5AR-I+5AR-III ausschalten will, muss man duta nehmen.

4. trotzdem nicht vergessen nur freies testosteron zählt... und testosteron kann von selbst nicht zirkulieren sondern nur an proteine gebunden

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [farin](#) on Mon, 17 Dec 2007 11:53:17 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@sssnake

poste mal bitte den haarschonenden cycle oder was du damit meinst...

jedoch ist bei deca das prob das fin da dann eher gegenteilig wirkt
und es für defi ja wohl nicht der bringer ist...

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Homers](#) on Mon, 17 Dec 2007 11:56:36 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Udo1 schrieb am Mon, 17 Dezember 2007 05:40mein freund sieht aus wie ein stripper, und was
der alles vors rohr kriegt....

da wird man ja glatt neidisch...

ich kann nur aus eigener erfahrung sprechen, aber für solche körper brauch man wohl kaum
anabolika:

http://www.mimifroufrou.com/scentedsalamander/images/LightBl ue_Men.jpg
http://www.myphamplaza.vn/images/joop_homme_drop_preview.jpg

werbungen aus der akutellen mens health!

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Angie65](#) on Mon, 17 Dec 2007 12:32:10 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Also - die beiden Jungs sehen schon ziemlich knackig aus, da gibt es mal nix.

Aber für meine bescheidene Auffassung ist auch das schon fast zuviel. Wer so aussieht, weil er
ein harter, kerniger Naturbursche ist und den lieben langen Tag hart an der frischen Luft arbeitet -
sozusagen der letzte Cowboy unserer Zeit ok, das hat natürlich was und wirkt sehr männlich.
Für den Otto-Normal-Mann aber, mit dem man mal abends nen Bier schlabbern geht, ist selbst
das schon fast unnatürlich. Wer will schon einen Mann, der strenger diätet als man selber?
Und so eine Figur kann man doch wohl kaum mal so nebenbei bekommen - geschweige denn
halten, oder?

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [1234567](#) on Mon, 17 Dec 2007 12:37:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Angie65 schrieb am Mon, 17 Dezember 2007 13:32Also - die beiden Jungs sehen schon ziemlich knackig aus, da gibt es mal nix.

Aber für meine bescheidene Auffassung ist auch das schon fast zuviel. Wer so aussieht, weil er ein harter, kerniger Naturbursche ist und den lieben langen Tag hart an der frischen Luft arbeitet - sozusagen der letzte Cowboy unserer Zeit ok, das hat natürlich was und wirkt sehr männlich. Für den Otto-Normal-Mann aber, mit dem man mal abends nen Bier schlabbern geht, ist selbst das schon fast unnatürlich. Wer will schon einen Mann, der strenger diätet als man selber? Und so eine Figur kann man doch wohl kaum mal so nebenbei bekommen - geschweige denn halten, oder?

testosteron erhöht die fettverbrennung in den muskeln und was ganz wichtig ist, die werfen doch t3 also schilddrüsenhormone ein amit der stoffwechsel steigt.

aber, ich hatte nen freund der machte keine diät, nahm auch testosteron zu sich und hatte nen guten body und dabei hatte er echt viel immer essen müssen.

nach seinen kuren war alles mit ihm normal und nach 4 wöchiger absetzdauer lief es im bett auch wieder

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Homers](#) on Mon, 17 Dec 2007 12:46:33 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

1234567 schrieb am Mon, 17 Dezember 2007 13:37

testosteron erhöht die fettverbrennung in den muskeln und was ganz wichtig ist, die werfen doch t3 also schilddrüsenhormone ein amit der stoffwechsel steigt.

aber, ich hatte nen freund der machte keine diät, nahm auch testosteron zu sich und hatte nen guten body und dabei hatte er echt viel immer essen müssen.

nach seinen kuren war alles mit ihm normal und nach 4 wöchiger absetzdauer lief es im bett auch wieder

ich weiss nicht ob man das mit testosteron verallgemeinern kann. vielleicht kann pilos was dazu sagen.

ich habe nie anabolika genommen, habe niedriges testosteron! spiele fußball, trainiere 3x die woche, 1x die woche im fitnessstudio vorallem die beine, weniger die arme, schlafe wenig (von daher vielleicht niedriges igf-1), ernährung auch nicht gerade die beste, arbeite nebenbei auf dem bau und habe einen ähnlichen körperbau wie der typ aus dem ersten link...

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Angie65](#) on Mon, 17 Dec 2007 13:33:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

1234567 schrieb am Mon, 17 Dezember 2007 13:37Angie65 schrieb am Mon, 17 Dezember 2007 13:32Also - die beiden Jungs sehen schon ziemlich knackig aus, da gibt es mal nix.

Aber für meine bescheidene Auffassung ist auch das schon fast zuviel. Wer so aussieht, weil er ein harter, kerniger Naturbursche ist und den lieben langen Tag hart an der frischen Luft arbeitet - sozusagen der letzte Cowboy unserer Zeit ok, das hat natürlich was und wirkt sehr männlich. Für den Otto-Normal-Mann aber, mit dem man mal abends nen Bier schlabbern geht, ist selbst das schon fast unnatürlich. Wer will schon einen Mann, der strenger diätet als man selber? Und so eine Figur kann man doch wohl kaum mal so nebenbei bekommen - geschweige denn halten, oder?

testosteron erhöht die fettverbrennung in den muskeln und was ganz wichtig ist, die werfen doch t3 also schilddrüsenhormone ein amit der stoffwechsel steigt.

aber, ich hatte nen freund der machte keine diät, nahm auch testosteron zu sich und hatte nen guten body und dabei hatte er echt viel immer essen müssen.

nach seinen kuren war alles mit ihm normal und nach 4 wöchiger absetzdauer lief es im bett auch wieder

Schilddrüsenhormone auch noch ? Tss....was manche Leute nicht so alles machen fürs Aussehen...*kopfschüttel*

Dann sind ja wohl die, die streng Diät halten und immer nein sagen, wenns lecker wird, noch die harmloseren Gefährten. Dann lieber einen Teamsportler - die haben auch gut trainierte Körper ohne all so`n Zeugs - und sind nicht so streng mit sich selber - und ganz bestimmt lernen die nicht weniger Frauen kennen.

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [stef84](#) on Mon, 17 Dec 2007 13:37:18 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

1234567 schrieb am Mon, 17 Dezember 2007 13:37

nach seinen kuren war alles mit ihm normal und nach 4 wöchiger absetzdauer lief es im bett auch wieder

Das ist auch so ne Sache! Wenn man es mit der Kur übertreibt oder falsch absetzt, kann es das mit der Potenz auch gewesen sein und man ist sein ganzes Leben dann von T-Substitution abhängig!
Und es gibt leider genug Leute die haben davon echt keine Ahnung. Da muss auf so vieles achten...

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Sssnake](#) on Mon, 17 Dec 2007 16:31:37 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Mit Men's Health Models meinte ich Cover Models. Diese zwei Pipihendis kann ich jetzt nicht direkt mit dem Begriff "muskulös" in Verbindung bringen. Aber um zu "cutten", werden selbst diese Hendln Testo, T3(4) oder zumindest den guten alten ECA Stack bemühen.

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Sssnake](#) on Mon, 17 Dec 2007 17:27:14 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

<http://www.team-andro.com/phpBB2/topic,628,-kockie-sehr-wichtig-was-ist-gesuender-mit-oder-ohne-zink.html>

File Attachments

1) [PalumboSaurus.jpg](#), downloaded 346 times

BODYBUILDING WITHOUT GENETICS

The Anabolic Freak

By Dave Palumbo,
Editor-in-Chief,
musculardevelopment.com



PER BERNAL

Warning: Opinions expressed in this column do not necessarily reflect the views of this magazine's publisher or its editorial staff. MD does not condone any form of illegal drug use for bodybuilding or for any recreational purpose. MD also does not condone abuse of legal drugs for any purpose.

Q: Dave, I'm following your diet plan quite well, but I'm having trouble with the lack of carbohydrates. I keep dreaming about fruit. I've let myself have a little fruit on the heavier cardio days, but not much. Otherwise, I've been pretty good. In the past two weeks, I have lost about 3 pounds. I just get a little fatigued and cranky without more brain fuel. I feel like I need more energy. What do you suggest?

A: The high-protein/moderate-fat/low-carb diet that you're following induces a state of ketosis, where the brain preferentially burns ketones (fats) for energy in place of carbohydrates. If you eat fruit— even just a small amount— the brain abandons ketone bodies and starts burning carbohydrates for energy. However, since there are so few carbs in the diet, your brain starves and you feel fatigued and cranky. When you severely restrict carbs, your brain stays in ketosis and you feel good all the time. Blood sugar levels stabilize, because the brain isn't using any carbs for energy.

Q: I'm 20 years old, 6'2" and 250 pounds and have been training for about six years. I've never taken steroids, but have seriously considered it ever since I hit a plateau in my training two years ago. The problem is that I already have early signs of male-pattern baldness and I'm already using Rogaine. Won't the use of DHT-derived or DHT-converting steroids accelerate my hair loss? I consider losing my hair absolutely out of the question and if that means not taking gear, then so be it. Can you tell me what stuff (bulking and cutting) won't make my hair fall out and possibly design a cycle?

A: According to a well-known hair specialist, once you start noticing hair loss, you've already lost 50 percent of your hair. If at 20 years old you're already losing hair, there are some pre-

ventative actions you can take to slow down the process. First, I would suggest going to your doctor and getting a prescription for Propecia (finasteride). Finasteride (1mg per day) is a 5-alpha reductase inhibitor that blunts the conversion of testosterone into DHT (dihydrotestosterone)— the culprit in male-pattern hair loss. On the other hand, Rogaine (minoxidil)— originally marketed as a blood pressure medication— when topically applied to the scalp, results in new hair growth. Results usually vary from person to person. Also, the new hairs that grow from the use of Rogaine are usually vellus hairs that are fine and transparent in color. I suggest dying your hair so that these transparent vellus hairs can pick up color and provide additional coverage for your scalp.

To answer your question about "scalp-hair friendly" anabolic steroids, I've created the following anabolic cycle that will maximize muscle gains while minimizing hair loss.

WEEK#	DECA (mg/week)	ANAVAR (mg/day)	TRENBOLONE (mg/week)	BOLDENONE (mg/week)
1	400	10		
2	400	15		
3	500	15		
4	500	20		
5	600	20		
6	600	20		
7	600	30		
8	400	30		
9			150	300
10			150	300
11			225	450
12			225	450
13			300	600
14			300	600
15			300	600
16			225	300

PHOTO: PHILIPPE BY DAVID DWIGAN

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [farin](#) on Mon, 17 Dec 2007 17:56:45 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

war das jetzt die haarschonende kur , was du meintest ?????...

bolde is ja wohl der haarkiller schlecht hin...

glaub ich nicht

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Sssnake](#) on Mon, 17 Dec 2007 18:30:07 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

So steht's geschrieben. Und Palumbo ist nicht unbedingt ein Nasenbohrer. Aber unlogisch isses, stimmt schon.

http://www.bodybuildingnet.de/viewtopic_27943.html

"[...] Ich sag es immer wieder. Wer eine genetische Prädisposition hat UND Roids nehmen will muss wohl bei low dose Nandrolon bleiben. SL"

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [farin](#) on Mon, 17 Dec 2007 23:07:02 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hab gehört das oxandrolone auch ein sehr mildes roid ist...
und mit ziemlich kleinen nw daher kommt da es ja auch bei frauen und kindern zum einsatz kommt...

was mich aber stutzig macht ist das es ein dht derivat ist ...
also müste doch , wenn man exogene zufuhr von dht macht, die haare nur zu puzeln,
geschweige müste fin garnicht wirken da es ja schon 17 alpha bla bla reduziert ist...

kannst du das erklären??

Subject: Re: Anabolika (testosteron) Finasterid
Posted by [Sssnake](#) on Mon, 07 Jan 2008 09:45:39 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Nicht jedes DHT-Derivat muss gleich so ekelhaft androgen wirken wie DHT selbst. Aber da ist Pulos sicher der Berufenere ...
Hier habe ich Einiges Interessantes gefunden, auch zu anderen Themen:

