
Subject: Körpereigene Hormonproduktion
Posted by [lilli86](#) on Sun, 07 Jul 2013 22:47:50 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Frage an die Hormonspezies unter euch.

Es wird ja immer von E2 gesprochen. Ist ja das körpereigene Östrogen nicht das der Pille, gelle? soll ja gut sein fürs Haarwachstum (hab ich zumindest hier im Forum oft schon gelesen)
Angenommen man setzt die Pille ab und nimmt dann körpereigenes Östrogen (so um die eigene Produktion anzukurbeln-geht das überhaupt?)
1) muss man dann auch Progesteron nehmen?
2) wie kann man dann Testosteron / Androgene blocken? gibt es irgendwelche Möglichkeiten die auch antiandrogen wirken ohne die Pille zu nehmen?

Subject: Aw: Körpereigene Hormonproduktion
Posted by [lala](#) on Mon, 08 Jul 2013 18:32:38 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

[lilli86](#) schrieb am Mon, 08 July 2013 00:47: Frage an die Hormonspezies unter euch.

Es wird ja immer von E2 gesprochen. Ist ja das körpereigene Östrogen nicht das der Pille, gelle? soll ja gut sein fürs Haarwachstum (hab ich zumindest hier im Forum oft schon gelesen)
Angenommen man setzt die Pille ab und nimmt dann körpereigenes Östrogen (so um die eigene Produktion anzukurbeln-geht das überhaupt?)
1) muss man dann auch Progesteron nehmen?
2) wie kann man dann Testosteron / Androgene blocken? gibt es irgendwelche Möglichkeiten die auch antiandrogen wirken ohne die Pille zu nehmen?

1) du musst nicht zusätzl. prog. nehmen. aber es wird von einigen Endokrinologen empfohlen. alles hängt von deinem persönlichen Status ab. wenn dein Prog.wert gut ist (zu messen in der 2. Zyklushälfte) brauchst du kein externes Prog.
(Du brauchst übrigens auch kein externes E2, wenn dein eigener Wert gut ist)

2) klar gibt's die
z.B. spironolacton, flutamid, CPA (androcure)
von CPA würde ich abraten, falls du vorhast, E2 zu nehmen. dann wirkt die Einnahme dieser beiden Sachen nämlich genauso wie die Pille (Eisprungunterdrückung)

Subject: Aw: Körpereigene Hormonproduktion
Posted by [lilli86](#) on Mon, 08 Jul 2013 19:41:25 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

danke für deine Antwort. Kann man denn Progesteron und Östrogen unter der Pille testen? das Problem besteht ja auch unter der Pille da muss man doch auch unter der Pille irgendwas rauslesen können oder???

am liebsten wäre mir (wenn überhaupt!!!) der Versuch die Pille abzusetzen damit nur noch natürliches weibliches Hormon da ist (kann man ja steigern wenn zu wenig) ABER dennoch unbedingt antiandrogen vorzugehen.

Andere Idee. Hat jemand schon mal während der Pilleneinnahme noch Östrogen zusätzlich genommen?

Subject: Aw: Körpereigene Hormonproduktion
Posted by [HarleyQuinn](#) on Tue, 09 Jul 2013 08:11:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn du die Pille absetzt, würde ich erst mal ein Jahr warten und gucken, ob sich nicht alles von allein einpendelt. Direkt mit irgendwas anderem anzufangen, wird nicht funktionieren, weil es den Körper total durcheinander bringt. Wenn sich nach 6 Monaten im Hormontest zeigt, dass zu wenig E2 oder Progesteron da ist, kann man anfangen zu supplementieren. Dreht man an einem Hormon, dreht man an allen.

Ich lass aus dem Grund Progesteron jetzt wieder weg, weil ich nie auf die optimale Dosis gekommen bin und mein Zyklus dadurch völlig aus dem Gleichgewicht geriet. Ich nehme nun wieder höher dosiertes Vitamin B6, Nachtkerzenöl und einen Vitamin B Komplex. Dadurch war mein Zyklus gut und das PMS erträglich.

Wenn du ein Antiandrogen nimmst, wirfst du dir ebenfalls deinen Zyklus wieder völlig durcheinander. Du pfuscht dann in die Hormone und der Körper versucht sowas auszugleichen. Dadurch gerät alles wieder durcheinander. Dein Eisprung wird bei Antiandrogenen auch sehr wahrscheinlich unterdrückt.

Lass es deinen Körper erst einmal alleine machen. Er wird Zeit brauchen, um sich selbst zu regulieren. Die Haare reagieren dann 3-6 Monate verzögert darauf.

Hormone unter der Pille zu messen, funktioniert nicht. Ein Test kann nicht ausgewertet werden. Schilddrüsenhormone sind die einzigen, die man testen kann und auch die sind durch die Pille oft beeinflusst.

Subject: Aw: Körpereigene Hormonproduktion
Posted by [lilli86](#) on Tue, 09 Jul 2013 09:26:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

schade. naja war ne Überlegung. Die Pille komplett absetzen OHNE antiandrogen mache ich auf keinen Fall mehr. Das hat mir ja alles eingebrockt. Ich vermute nach dem absetzen war eben kein Rezeptorschutz mehr vorhanden und dadurch hab ich evt. eine latent vorhandene AGA beschleunigt. Als ich die nicht nahm viel schon auf das ich vermehrt Pickel am oberen Rücken bekam+ recht langen Flaum. Die Pickel schob ich damals auf den Sommer wegen Schwitzen usw.

Aber als ich die Pille wieder nahm, verschwanden die, der Flaum ist geblieben und wächst auch nach, wenn ich was weg mache. Möglicherweise reicht das Antiandrogen der Valette (Maxim) für die Talgproduktion o.ä., aber nicht mehr für den Schutz der Haare. Keine Ahnung. Das Problem ist... was dann wieder weg geht, ist weg. Deshalb zögere ich auch davor, eine Pille zu nehmen, die stärker antiandrogen wirkt, obwohl mein Bauch sagt, das wäre einen Versuch wert. Die Valette ist ja nicht für AGA speziell zur Behandlung zugelassen. Nur für leichte bis mittelschwere Akne und eben Schwangerschaftsschutz laut Zulassung. Vielleicht brauchts was Stärkers, um die Rezeptoren zu schützen nach dem Angriff in Pillenfreierzeit.....
So oder so, man kann es nur probieren, aber es scheint mir das Naheliegendste zu sein.

Subject: Aw: Körper-eigene Hormonproduktion
Posted by [HarleyQuinn](#) on Tue, 09 Jul 2013 10:40:52 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Wenn du Cyproteronacetat nehmen willst, kannst du das versuchen. Das ist aber kein leichtes Medikament und kann auch nette Nebenwirkungen mit sich bringen.

Du hattest doch maximal 6 Monate die Pille abgesetzt oder nicht? Da ist das ganz normal, dass man Pickel kriegt. Das kann sich 1-2 Jahre hinziehen, bis sich das normalisiert. Der Flaum ist wahrscheinlich eigentlich natürlich bei dir vorhanden, aber die Hormonbombe unterdrückt das völlig. Meine Behaarung wurde auch ein wenig stärker, aber nicht extrem. Es ist normal, dass Frauen am ganzen Körper Haare haben - die einen mehr, die anderen weniger. Wie bei Männern auch. Das wird in unserer Gesellschaft nur schon als fast krankhaft hingestellt, wenn Frauen irgendwo kein Haar zu viel haben.

Dass deine Haare extrem auf den Östrogenentzug reagieren, ist ja auch klar. Wenn du keine AGA hast (und auf deinen Bildern ist nix nix nix), dann normalisiert sich das auch wieder. Klar werden Scheitel und anderen Regionen lichter, wenn die Haare fliegen gehen. Das heißt aber nicht gleich AGA.

Früher oder später wirst du die Pille absetzen müssen sei es wegen Nebenwirkungen (und ich wette immer noch drauf, dass jede 2. Frau NWs hat, aber es nicht mit der Pille in Verbindung bringt) oder weil du Kinder willst oder zu alt für Hormone bist. Natürlich hat man oft unter der Pille das Maximum an Haaren, weil man so einen veränderten Hormonhaushalt hat. Das heißt aber nicht, dass der Zustand nach dem Absetzen annormal ist.

Frauen müssen in unserer Gesellschaft immer perfekt sein. Da will keiner hören, dass es normal ist, dass Haare sich verändern können, dass Frauen irgendwo keine Behaarung am Körper haben, Cellulite oder sonst irgendwas. Alles ist immer direkt annormal und man stopft Medis hinterher. Finde ich sche***.

Subject: Aw: Körper-eigene Hormonproduktion
Posted by [lala](#) on Tue, 09 Jul 2013 17:23:11 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

lilli86 schrieb am Mon, 08 July 2013 21:41: danke für deine Antwort. Kann man denn Progesteron

und östrogen unter der pille testen? das problem besteht ja auch unter der pille da muss man doch auch unter der pille irgendwas rauslesen können oder???

natürlich kann man das. es ist nicht so, dass ein hormonstatus während pilleneinnahme VÖLLIG ohne wert ist.

was gemessen wird, sind estradiol und progesteron (NICHT ethinylestradiol und das gestagen aus der pille!)

am liebsten wäre mir (wenn überhaupt!!!) der Versuch die pille abzusetzen damit nur noch natürliches weibliches hormon da ist (kann man ja steigern wenn zu wenig) ABER dennoch unbedingt antiandrogen vorzugehen.

nochmal: ja das geht. und ich finde durchaus, dass das eine gute idee. ist. aber E2 zusätzlich eben nur, wenn der wert zu niedrig ist. und wenn E2 zusätzlich zugeführt wird, dann geht CPA nicht (sonst wieder kein ES -> wieder (wenig) eigene E2 bildung)

Andere idee. Hat jemadn schon mal während der pilleneinnahme noch östrogen zusätzlich genommen?

weiß nicht, würde ich aber wirklich nicht empfehlen. ethinyestradiol ist eh schon viel in der pille enthalten und sehr potent. dazu kommt dann noch die eigenproduktion von E2. warum dann noch E2 von außen zuführen? nicht übertreiben