
Subject: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer

Posted by [Kajsa](#) on Wed, 18 Dec 2013 14:10:52 GMT

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

Hallo an alle!

Auch ich bin mittlerweile ziemlich verzweifelt über meinen Haarzustand. Ich habe bereits diverse Dermatologen abtelefoniert, bin aber immer wieder abgespeist worden, wenn klar wurde, dass private Zuzahlungen bei mir nicht möglich sind. Ich war schließlich in einer Uniklinik bei einer Hautärztin die hereinfegte, einmal kurz an meinen Haaren zupfte, mir die Einnahme von Regaine und Pantovigar auf eigene Kosten empfahl und wieder rausstürzte. Beim Endokrinologen in derselben Uniklinik lief es nicht viel besser.

Meine größten Probleme:

Ich habe das Geld für die teuren Produkte nicht und durch eine Krebserkrankung darf ich einige Mittel auch nicht nehmen.

Da ich an androgenetischer Alopezie leide, möchte ich es jetzt mit natürlichen DHT-Hemmern / 5-Alpha-Reduktasehemmern versuchen. Ich will keine teuren Fertigprodukte (mit Kapseln, Tabeletten, Lösungen, etc) kaufen, sondern möglichst den reinen Rohstoff in Pulverform, den ich dann beliebig selber zubereiten kann. Anfangen möchte ich gerne mit Sägepalme, Traubensilberkerze und Brennnessel, wobei ich bisher aber keine Informationen gefunden habe, welcher Pflanzenbestandteil denn nun das 'Wunder' bewirken soll:

- Sind bei der Sägepalme die Früchte und Samen die wirksamen Bestandteile?
- Sind bei der Traubensilberkerze die Wurzeln die wirksamen Bestandteile?
- Sind bei der Brennnessel die Blätter, Wurzeln oder Samen die wirksamen Bestandteile?

Wäre meine Frage vielleicht besser in dem Allgemeinen Forum aufgehoben, da dort mehr Leute lesen?

Ich freue mich über jede hilfreiche Antwort!

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer

Posted by [Biggi01](#) on Thu, 19 Dec 2013 08:12:48 GMT

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

Hallo Kajsa,

Zitat: Meine größten Probleme:

Ich habe das Geld für die teuren Produkte nicht und durch eine Krebserkrankung darf ich einige Mittel auch nicht nehmen

welche Mittel darfst Du nicht nehmen?

Die einzige Möglichkeit, die ich kenne, ist die topische Anwendung.
Unter Umgehung der Magen Darm Passage.

Sägepalmen ist viel zu schwach, außerdem müßtest Du kiloweise Sägepalmen konsumieren.

Brennessel habe ich noch nie gehört.

AGA ist aggressiv, da kommst Du pflanzlich nicht weit.

Ig

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [Kajsa](#) on Thu, 19 Dec 2013 17:47:47 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Biggi,

schön, dass Du antwortest!

Mein Tumor reagiert leider zu 80% auf Östrogen und Progesteron, d.h. er wächst unter diesem Einfluss. Einen Arzt brauch' ich also nicht nach einem Rezept zur Hormonsubstitution, -regulation zu fragen

Eigentlich hätte ich die letzten Jahre (seit Diagnose) sogar noch eine Antihormontherapie machen sollen, um auch wirklich alle Hormone auszuschalten. Bisher habe ich mich dagegen entschieden. Ist irgendwie wie die Wahl zwischen Pest und Cholera: Schalentier oder Haare. Mein Gyn hat mich diese Woche jetzt aber doch zu einem 3-monatigen Versuch überredet und ich habe einfach nur Panik, dass alles noch viel schlimmer wird als es jetzt schon ist.

Bin deshalb nur noch am recherchieren, welche natürlichen Mittel einigermaßen vielversprechend sind. Leider wird in dieser Hinsicht wenig geforscht, weil bei Naturheilmitteln einfach nicht das ganz große Geld zu machen ist, aber ein paar Sachen habe ich doch gefunden (auch hier im Forum). Diesen Artikel der Pharmazeutischen Zeitung Online fand ich z.B. ganz interessant

<http://www.pharmazeutische-zeitung.de/?id=39226>

Hier geht es zwar um pflanzliche Hilfen für die Prostata , aber bei der Ursache - erhöhtes DHT - handelt es sich um das gleiche Problem. Es gibt dabei Phytohormone wie das beta-Sitosterol (β -Sistosterin), die die Umwandlung von Testosteron in Dihydrotestosteron (DHT) verhindern [Brennessel, Sägepalme, Sanddorn, Thymian, Ringelblume, Sojabohne, Kürbissamen, Roggenpollen] oder Phytohormone mit östrogenartiger Wirkung [Traubensilberkerze]. Für die Traubensilberkerze habe ich sogar Infos zu Studien gefunden, dass die östrogenartige Wirkung hier die Antihormontherapie nicht aufheben würde.

http://www.rosenfluh.ch/rosenfluh/articles/download/2419/19_traubensilberkerze_bei_42011.pdf

<http://www.medizininfo.de/annasusanna/wechseljahre/traubensilberkerze.shtml>

<http://www.biokrebs.de/therapien/patienten-fragen/74-brustkr>

[ebs-brustkrebs/896-wechselwirkungen-von-phytoestrogenen-mit-tamoxifen](http://www.biokrebs.de/therapien/patienten-fragen/74-brustkr)

Biggi01 schrieb am Thu, 19 December 2013 09:12
Sägepalmen ist viel zu schwach, außerdem müßtest Du kiloweise Sägepalmen konsumieren.

Vielleicht muss das Zeug nur richtig zubereitet werden? Ich habe hier http://www.medizinalpflanzen.de/systematik/6_droge/sabal-fr.htm gelesen, dass Sägepalme wasserunlöslich ist und ein damit hergestellter Tee praktisch wirkungslos. Ein Extrakt müsste mit hochprozentigem Ethanol angesetzt werden. Im Augenblick greife ich einfach nach jedem greifbaren und bezahlbaren Strohalm. Ich hatte mir gadacht, dass ich Haartinkturen für die äußerliche Anwendung und Tee etc. zum Einnehmen selber herstelle. Vielleicht hilft es ja doch.

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [Biggi01](#) on Thu, 19 Dec 2013 18:07:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hi Kajsa,

ich möchte Dich auch nicht entmutigen, wenn Du viel im Netz bist, dann konzentriere Dich auf Studien.
Nur dann kannst Du von einer Wirksamkeit ausgehen.

Zu den topischen Möglichkeiten frag mal Pilos bei den Jungs, Du kannst natürlich auch all die anderen Dinge fragen, er weiß unheimlich viel und hilft gerne, auch gerne als PM. Er kann Dir auch bei den pflanzlichen Möglichkeiten helfen, dann mußt Du nicht monatelang rumprobieren.

Pest oder Cholera ist fatal, als wenn das eine nicht schon schlimm genug wäre.

Ich wünsche Dir ganz viel Kraft und viele Haare, bei zurückgehendem Tumor.

Ig

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [lala](#) on Thu, 19 Dec 2013 19:42:41 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

hi kajsa

schau mal im allgemeinen forum drüben.
da findest du speziell zu sägepalme einiges. aber auch zu den anderen.
bockshornklee war auch mal...
und grüner tee:

http://www.alopezie.de/fud/index.php/mv/msg/24256/#msg_28311 8

der user reneschaub ist in so natürlichen mitteln sehr bewandert

Ig
lala

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [Kajsa](#) on Fri, 20 Dec 2013 17:03:58 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Biggi und lala,

ganz herzlichen Dank für Eure Tipps. Beim Recherchieren versuche ich auf möglichst seriöse Quellen zu achten, obwohl die Artikel sich viel nüchterner lesen als die der anderen Wundermittelchen

Zum grünen Tee (den ich in letzter Zeit literweise geschluckt habe) habe ich mittlerweile widersprüchliche Infos gefunden. Die DHT-hemmende Wirkung soll nur bei gleichzeitiger Einnahme von Soja-Isoflavonen eintreten und bei Einnahme ohne diese Isoflavone soll der DHT sogar steigen (und ich hab' mich schon gewundert, warum meine Kopfhaut so brennt, die letzte Woche).

Auf jeden Fall freue ich mich, dass ich bei Problemen weiß, wer sich ggf. mit dem pflanzlichen Zeugs auskennt und werde bei Bedarf dort nachhaken.

Lieben Gruß
Kajsa

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [Sissi](#) on Sat, 21 Dec 2013 12:54:01 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Kajsa,

It. meinem Dermatologen haben alle Mittel, auch die pflanzlichen, die bei dht wirken sollen, eine hormonelle Wirkung, sonst helfen sie nicht.

Ist Dir das nicht viel zu gefährlich?

Ich selbst bin gesund, würde aber wegen HA keine Hormone - und bei pflanzlichen höchstens Nachtkerzenöl, aber keinesfalls cimicifuga -. einsetzen, gerade wegen der Langzeitfolgen.

Jeder gute und verantwortungsvolle Arzt rät davon ab, was ich auch vollkommen einsehe.

Wünsche Dir alles nur erdenklich Gute

LG
Sissi

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [Kajsa](#) on Sun, 22 Dec 2013 07:05:32 GMT

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

Hallo Sissi,

welche Langzeitfolgen bei Cimicifuga meinst Du? Ich hatte bisher von Magenbeschwerden gelesen und von Leberschäden, wobei der Verdacht auf Leberschaden wohl mittlerweile entkräftet ist. Deine Warnung hat mir gerade bewusst gemacht, das ich doch stärker auf mögliche Gefahren und Nebenwirkungen achten sollte. Im Augenblick bin ich an einem Punkt, an dem ich am liebsten alle vielversprechenden Hinweise glauben würde und bei den Folgen großzügig drüberlese (typischer Verdrängungsmechanismus). Am liebsten wäre mir bei solchen Mitteln etwas das man äußerlich anwenden (Tonikum zum Auftragen o.ä.) kann und das direkt vor Ort wirkt, wobei nur ein geringer Teil in den Blutkreislauf gelangt.

Von Nachtkerzenöl hatte ich bisher noch nichts gelesen. Gibt es dazu vielleicht auch Studien? Eine schnelle Suche hat nichts ergeben.

Neugierige Grüße
Kajsa

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [Sissi](#) on Sun, 22 Dec 2013 07:13:37 GMT

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

Hallo Kajsa,

mit Langzeitfolgen meinte ich generell Krebserkrankungen aufgrund von Hormongaben. Bei cimicifuga weiss ich von Leberschäden, dass da etwas entkräftet wurde, mir nicht bekannt. Selbst meine FÄ sprach davon. Mir ist cimicifuga einfach unsympathisch, hab da einiges im Netz gelesen und, wie gesagt, habe ich generell etwas gegen Hormone.

Nachtkerzenöl-Kapseln habent schon vielen geholfen, lese mal im ht-mb-forum. Kann sein, dass es Studien dazu gibt, sicher sogar, aber ich interessiere mich ehrlich gesagt nicht für Studien, sondern für Erfahrungswerte von Anwendern. Danach entscheide ich.

Topische Anwendung wäre Regaine oder östrogenhaltige Tinkturen, aber das darfst Du ja nicht benutzen. Auch topische Mittel gelangen in den Blutkreislauf, wie ja schon öfters hier von

Regaine berichtet wurde, siehe auch Männer-Forum.

LG
Sissi

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [Sissi](#) on Sun, 22 Dec 2013 08:50:53 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

...hab was zu Bockshornklee gefunden, vielleicht interessiert es Dich ja...lg

<http://www.ht-mb.de/forum/showthread.php?1131819-Hilfe!!!!-Perückenwarnung-neue-Werte&highlight=bockshornklee>.

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [susanne27](#) on Sun, 22 Dec 2013 12:24:57 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Kajsa, darf ich fragen um welche Krebserkrankung es sich handelt? Brustkrebs? Denn ich habe gelesen, dass Traubensilberkerze NICHT auf das Brustgewebe wirkt, so steht es zumindest bei dem von Dir genannten Link medizinfo.de.

Zitat:Dieses Verhalten erklärt, warum der Extrakt aus der Traubensilberkerze nur einige östrogenartige Wirkungen hervorruft und dabei nicht die vielfältigen Nebenwirkungen der Östrogene entwickelt. Insbesondere wirkt es nicht auf das Brustgewebe.

Quelle: <http://www.medizinfo.de/annasusanna/wechseljahre/traubensilberkerze.shtml>

Über Bockshornklee habe ich auch schon Positives gelesen, Sissi, allerdings soll es wohl Prolaktin erhöhen. Ich dachte immer zu viel Prolaktin wirkt sich negativ auf die Haare aus.

Ein natürlicher DHT Hemmer ist übrigens auch Krauseminze (spearmint). Wurde schon erfolgreich gegen Hirsutismus bei Frauen eingesetzt. Allerdings hat es ggf. auch östrogene Eigenschaften.

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [Sissi](#) on Sun, 22 Dec 2013 12:36:55 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Susanne,

ich kenne mich mit Bockshornklee nicht weiter aus, deswegen habe ich ja den link eingefügt, da

im ht-mb-forum positiv darüber berichtet wurde.

Mit Prolaktin kenne ich mich auch nicht aus, denke aber, ehrlich gesagt, wenn man ALLES berücksichtigen will, wird man zu jedem Mittel etwas Negatives finden, aber ob das dann wirklich den HA begünstigt, weiss man dennoch nicht. Ist doch so wie bei der SD. Selbst wenn man daran erkrankt ist, heisst es nicht unbedingt, dass der HA davon kommt, kann auch von anderen, diversen Mängeln sein.

Ich gewinne mehr und mehr die Überzeugung, jedenfalls für mich!! ist es nicht gut, sich ständig mit HA zu befassen und zu suchen, das belastet die Psyche, verstärkt den HA und macht unglücklich, lieber bei Bedarf NEMs einnehmen, einigermaßen gesund leben und ernähren, sich ablenken, Dinge tun, die Freude machen.

Meine Meinung. Ich hab mich jetzt monatelang nur damit beschäftigt, im Netz gelesen und mich immer schlechter gefühlt. Das möchte ich nicht mehr, deswegen versuche ich für die nächste Zeit, dem Thema aus dem Wege zu gehen.

In diesem Sinne.

Frohe Weihnachten, einen guten Rutsch und positive Gedanken

LG
Sissi

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [susanne27](#) on Sun, 22 Dec 2013 15:06:21 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Sissi, das verstehe ich vollkommen!

Schaut mal, ich habe ein Video gefunden über Bockshornklee und HA: [KLICK](#)

Subject: Aw: Natürliche DHT-Hemmern bzw. 5-Alpha-Reduktasehemmer
Posted by [Kajsa](#) on Mon, 23 Dec 2013 16:45:28 GMT
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

Hallo Sissi,
vielen Dank für den Link über Bockshornklee. Immerhin steht hier auch etwas zur Zubereitung, was immer hilfreich ist. Leider berichtet nur 1 Anwenderin dort über positive Erfahrungen, der Focus liegt eindeutig bei der Schilddrüse; trotzdem gut zu wissen, dass es jemanden geholfen hat.

Du hast sicher recht, dass die obsessive Beschäftigung mit dem Thema Stress erzeugt, der den HA verschlimmert. Ich selber beschäftige mich zur Zeit zwar intensiv mit dem Thema, allerdings mit dem Ziel zu meinem Problem bestmöglichst informiert zu sein, um dann mit gutem Gewissen

die vielversprechendsten Mittelchen einzunehmen und denen auch ausreichend Zeit (6-9 Monate) zu geben, zu wirken. Jetzt blindlings irgendwelche NEM zu schlucken ist nicht so meins. Jeder muss hier wohl seinen eigenen Weg finden. Du scheinst Deinen ja gefunden zu haben und ich wünsche Dir dabei alles Gute und wunderschöne Feiertage!

Hallo Susanne,
den Artikel fand ich gerade wegen der eingeschränkten Wirkung für mich interessant.

Die Info mit dem HA bei erhöhtem Prolaktin ist neu für mich - vielen Dank dafür!
... und Krauseminze kannte ich auch noch nicht (hatte nur etwas von Pfefferminze gelesen - ob's da einen Unterschied gibt? Ich werd' wohl weiterforschen müssen.

Ich bin wirklich froh, dass es Euch - und dieses Forum - gibt!
Ich wünsche allen ein schönes Weihnachtsfest und erholsame Feiertage
Liebe Grüße von Kajsa
