

---

Subject: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Klaus2011!](#) on Fri, 11 Mar 2011 20:28:45 GMT

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

---

Hallo,

möchte mich nun auch hier mal vorstellen. Ich bin 23 Jahre alt und leide seit ca. meinem 16 Lebensjahr an erblich bedingten Haarausfall. Wie die meisten hier, habe ich schon sehr viel ausprobiert.

Diverse Vitamin-Präparate, verschiedenste Haarwasser, Koffein Shampoo, Pantostin usw. Gebracht hat es alles nichts! Außer, dass ich irgendwann mal von dem Koffein-Schuppen-Shampoo --> Schuppen bekommen habe, mit denen ich noch bis heute zu kämpfen habe

Finasterid oder Minoxidil, verwende ich nicht, da ich zum Einen Angst vor Nebenwirkungen habe und zum Anderen kein Fan von Medikamenten bin. Darüber hinaus, würde mich eine tägliche Anwendung auch bestimmt irgendwann nerven. - Ich bin mir natürlich auch bewusst, dass ich irdenwann mal eine zweite HT benötigen werde. Ich hoffe aber, dass ich wenigstens 5 Jahre Ruhe habe.

Aber zum eigentlichen Thema. Vom 6.07.11-7.07.11 habe ich meine HT bei Herrn Dr. Mwamba in Brüssel. Den Termin habe ich via Internetkommunikation über Herrn Krämer bekommen. Leider ist es mir nicht möglich Herrn Krämer persönlich kennenzulernen und eine Beratungsgespräch durchzuführen, da es mein bzw. sein Arbeitsplan nicht zulassen und uns einfach zu viele Kilometer trennen. Via Email-Kontakt wurden 1500 Grafts geplant, allerdings rechnen ich mit etwas mehr.

Meine Fragen:

Was halten ihr von meinem Entwurf der Haarlinie?

Wieviel Grafts werde ich wirklich brauchen?

Was würdet ihr für eine Dichte (im vorderen Bereich) nehmen?

Auf was sollte ich achten?

LG Arni

[\* Bilder auf Wunsch User gelöscht \*]

---

---

Subject: Aw: Arni Uservorstellung mit HT Termin bei Dr. Mwamba  
Posted by [danko](#) on Sat, 12 Mar 2011 03:20:22 GMT

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

---

nicht persönlich gemeint  
du hast einen zimlich großen kopf  
design ist gut  
und auf keinen fall tiefer gehen

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [corleone](#) on Sat, 12 Mar 2011 13:15:51 GMT

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

---

ohne fin und minox könnte das sehr riskant werden, sonst stehst du mit 33 mit zwei hörnern da und glaub mir, mit 33 ist mann kein bisschen eitler als mit 23.

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Klaus2011!](#) on Sat, 12 Mar 2011 13:34:08 GMT

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

---

Erst mal danke für die Antworten.

Wie ich bereits geschrieben habe, rechne ich mit einer zweiten HT. Wenn der Verlauf der Haarausfalls allerdings weiter so schleichen voran geht, dann habe ich schätzungsweise 5 Jahre Zeit dazwischen.

Mittlerweile spiele ich aber auch schon mit dem Gedanken "Minoxidil" nach der HT zu verwenden.

In welchen Formen gibt es das Produkt? Ich Habe was von Regaine gehört. Handelt es sich hierbei um ein Shampoo zur Haarwäsche? Wenn ja, wie oft müsste man sich die Haar damit waschen damit Wirkung erzielt wird?

Ig Arni

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Shane](#) on Sat, 12 Mar 2011 15:01:11 GMT

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

---

Hallo, ich finde das du dich gut informiert hast und richtig an die ganze Sache heran gehst. Mit Dr. Mwamba hast du natürlich auch einen hervorragenden Arzt gewählt.

Die Haarlinie find ich auch passend, du hast einen guten Haut-Haar-Kontrast, was dazu beitragen kann, eine bessere Illusion von Dichte zu erzeugen. Ich denke mit den 1500 Grafts könntest du durchaus hinkommen. Du bist noch ziemlich jung und der Haarausfall wird wahrscheinlich weiter gehn, von daher würd ich nicht zu viele Grafts verplanen, denn das sind deine Reserven für dir Zukunft.

Aber das wird Dr. Mwamba vorher mit dir genau planen, er wird deinen Spendenbereich vermessen und deinen Worst-Case mit einplanen.

Zu Minoxidil: Wird topisch angewendet (jeden Tag schmieren ) , viele haben dadurch schon Neuwuchs erreicht, bei manchen is der Schuß auch schon nach hinten losgegangen (d.h. Shedding ohne Ende und kein Neuwuchs).

Ein Paar Wochen nach der Ht wird es gern als "Wachstumsbeschleuniger" eingesetzt, d.h. die neu verpflanzten Haare wachsen schneller heraus.

Regaine ist das Original-Produkt mit dem Wirkstoff Minoxidil, gibt aber auch günstige Alternativen, schau dazu am besten mal ins Allg. Forum.

---

Gruß

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Haareweg](#) on Sat, 12 Mar 2011 15:19:42 GMT

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

---

also ich persönlich würde auch die mitte durch transplantierte haare ersetzen, also rund 2000-2500 grafts brauchst du dann. die mitte wird zu über 50% bei dir noch weg gehen. verstehe auch immer die ärzte nicht, die einfach nur die geheimratsecken auffüllen, das bringt vielleicht für 1-2 jahre was, aber danach kannst dich wahrscheinlich nicht mehr im spiegel sehen.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [cheveux](#) on Sat, 12 Mar 2011 22:06:25 GMT

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

---

Wichtig ist in deinem Fall:" Wie sieht dein Worst-Case-Szenario aus. "

Vergiss die HT und versuch mit FIN deinen mittleren Bereich zu stärken, falls es positiv wirkt (gerade in deinem Alter und in deinem Fall, sollte FIN gute Resultate bringen, MSM, etc.), bringt das mehr als jede HT, danach kannst Du immernoch guten Gewissens eine HT in Angriff nehmen.

Der schlimmste Fehler ist in deinem Alter zu schnell nach vorne zu preschen. Gerade durch die potentiellen Möglichkeiten in "naher Zukunft"!

Du hast helle Haare und soweit man es beurteilen kann, "kurz" steht Dir gut, deshalb würde ich in deinem Fall die gegebenen Alternativen nutzen. Und nicht erst nach der HT Minox anwenden.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Klaus2011!](#) on Sun, 13 Mar 2011 09:43:26 GMT

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

---

Über meinen Worst Case habe ich mir auch bereits Gedanken gemacht. Ich denke, dass ich nach meinem Vater komme, denn mein Verlauf des Haarausfalls scheint seinem sehr ähnlich zu sein. Meinen leiblichen Vater habe ich das letzte Mal gesehen, als er 40 Jahre alt war. Zu dieser Zeit sah, sein Haarstatus wie auf dem Bild aus.

Ich rechne also damit, dass die "Mitte" immer bestehen bleibt. Sie wird lediglich mit zunehmenden Alter schmaler.

Zu den Medikamenten:

So weit ich weiß, kann Finasterid mehr Nebenwirkungen haben als Minoxidil. Aus diesem Grund würde ich Minoxidil vorziehen. Auf der Anderen Seite wollte ich eigentlich durch die HT mein Haarproblem für einige Zeit beseitigen. Die tägliche Anwendung eines Medikamentes spricht diesem schon wieder sehr entgegen.

Ich hoffe, dass ich durch meine Lebensangewohnheiten den Haarausfall etwas verlangsamen zu kann.

- ich rauche nicht
- ich trinke kein Alkohol
- ich mache 6-7 Mal die Woche Sport (wirklich)
- auf Grund des Sports nehme ich recht viele Nahrungsergänzungsmittel z.B. Multivitamin incl. Zink, B2, Biotin; verschiedene Aminosäuren; Whey-Eiweis

Sollte es mir gelingen das Problem Haarausfall für die nächsten 5 Jahre durch die HT zu beseitigen, bin ich guter Dinge. Ich hoffe, dass die Forschung bis dahin schon so weit ist, dass es andere Methoden gibt dem Haarausfall entgegen zu wirken und evtl. neue Haare wieder sprießen zu lassen.

## File Attachments

1) [Vater mit 40Jahren.jpg](#), downloaded 4655 times

Haarsituation meines Vaters im Alter  
von 40 Jahren (Von Oben)



---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [fineliner](#) on Sun, 13 Mar 2011 10:25:54 GMT

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

---

Arni2011! schrieb am Sun, 13 March 2011 10:43 Über meinen Worst Case habe ich mir auch bereits Gedanken gemacht. Ich denke, dass ich nach meinem Vater komme, denn mein Verlauf des Haarausfalls scheint seinem sehr ähnlich zu sein. Meinen leiblichen Vater habe ich das letzte Mal gesehen, als er 40 Jahre alt war. Zu dieser Zeit sah, sein Haarstatus wie auf dem Bild aus.

Ich rechne also damit, dass die "Mitte" immer bestehen bleibt. Sie wird lediglich mit zunehmenden Alter schmaler.

Zu den Medikamenten:

So weit ich weiß, kann Finasterid mehr Nebenwirkungen haben als Minoxidil. Aus diesem Grund würde ich Minoxidil vorziehen. Auf der Anderen Seite wollte ich eigentlich durch die HT mein Haarproblem für einige Zeit beseitigen. Die tägliche Anwendung eines Medikamentes spricht diesem schon wieder sehr entgegen.

Ich hoffe, dass ich durch meine Lebensangewohnheiten den Haarausfall etwas verlangsamen zu kann.

- ich rauche nicht
- ich trinke kein Alkohol
- ich mache 6-7 Mal die Woche Sport (wirklich)
- auf Grund des Sports nehme ich recht viele Nahrungsergänzungsmittel z.B. Multivitamin incl. Zink, B2, Biotin; verschiedene Aminosäuren; Whey-Eiweis

Sollte es mir gelingen das Problem Haarausfall für die nächsten 5 Jahre durch die HT zu beseitigen, bin ich guter Dinge. Ich hoffe, dass die Forschung bis dahin schon so weit ist, dass es andere Methoden gibt dem Haarausfall entgegen zu wirken und evtl. neue Haare wieder sprießen zu lassen.

Hi,  
ich würde an deiner Stelle ganz genau so vorgehen wie du es geplant hast. Deine Mitte sieht auf den Fotos noch sehr gut aus; da würde ich keinesfalls jetzt schon dazwischen transplantieren. Wenn du merkst, dass es künftig dünner wird und sich wirklich "Teufelshörnchen" abzeichnen, kannst du immer noch nachlegen. Eine langfristige Medikamenteneinnahme kommt für mich ebenfalls nicht in Frage aber ich weiß, dass das die Mehrheit hier anders sieht. Deine Haarlinie hast du gut und konservativ angesetzt, d.h. die wirst du bei deiner Worst-Case-Planung später wohl nicht bereuen. Aber Dr. Mwamba wird dich bzw. deine Dichte sowie deine Save-Zone ja vor der OP vermessen; ich hätte dieses aber ein deiner Stelle schon vorher mit Andreas Krämer gemacht - scheißegal wieviel Kilometer es sind.

Gruß fineliner

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Haareweg](#) on Sun, 13 Mar 2011 10:30:03 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

du gehst zu positiv an die ganze sache heran. dein worst case ist eine vollglatze, du bist 23 jahre alt (nur mit viel glück kannst du deinen jetzigen status halten (rauchen/ernährung/sport hilft dir da nicht um den haarausfall zu stoppen).

minoxidil macht alleine keinen sinn. entweder fin + minoxidil, oder nur fin.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [cheveux](#) on Sun, 13 Mar 2011 11:36:23 GMT

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

---

Haareweg schrieb am Sun, 13 March 2011 11:30du gehst zu positiv an die ganze sache heran. dein worst case ist eine vollglatze, du bist 23 jahre alt (nur mit viel glück kannst du deinen jetzigen status halten (rauchen/ernährung/sport hilft dir da nicht um den haarausfall zu stoppen).

minoxidil macht alleine keinen sinn. entweder fin + minoxidil, oder nur fin.

Stimme dem auch zu. Gesunde Lebensweise ist ein Bonus, aber nicht mehr. Sonst müsste jeder Straßenpenner mit Glatze rumlaufen, das hat aber nichts damit zu tun, wie man lebt. Die Medikamente helfen Dir aber, das kann ich nun nach 3 Jahren FIN bestätigen. Mein Vater war NW4-5 in meinem Alter...davon bin ich dank FIN weit entfernt.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [fineliner](#) on Sun, 13 Mar 2011 15:31:09 GMT

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

---

@ cheveux

Die Empfehlung von dir mit Hilfe von FIN zu stabilisieren und auf die sich hoffentlich bald ergebenden "neuen Möglichkeiten" zu warten ist sicherlich keinesfalls falsch; besonders unter dem Gesichtspunkt, dass eine HT sich unter Umständen auch kontraproduktiv darauf auswirken kann.

Ich habe meine HT allerdings bewusst auch mit diesem Wissen gemacht, da die Zeitspanne für mich nicht konkret einzugrenzen war. Ich hänge mich hier in den Thread hinein, da Arni2011! mich von seinem Haarausfallmuster stark an mich selbst erinnert. Ani2011! hat bereits einen konkreten OP-Termin und hat ganz klar seine Ängste vor der langfristigen Medikamenteneinnahme geschildert, d. h. er würde wahrscheinlich zwangsläufig Nebenwirkungen haben - ob tatsächlich oder nur eingebildet sei mal dahingestellt. Auch sagt Arni2011! das er sich darauf einstellt in Zukunft noch einmal OP-mäßig nachlegen zu müssen. Ich denk auch, dass ihm die Mitte noch stark ausdünnen wird so wie es bei mir gekommen ist. Meine Mitte wurde eben direkt mitbehandelt und ich scheid was drauf ob ich - mit heute 36 Jahren - diesen Bereich mit 13 Jahren FIN bis heute hätte halten können.

Womöglich hätte ich mir unüberlegt massig Grafts in Front knallen lassen da FIN mein Status zu gut hätte aussehen lassen. Wichtig ist das Ani2011! genau weiß worauf er sich einlässt und ihm bewusst ist, dass er mit seiner wohl reinen FUE-Planung u.U. mit ner offenen Tonsur oder less-is-more-Strategie klarkommen muss. Dies ist nun mal meine Einstellung - entgegen Ratschlägen von Ärzten und Beratern.

PS: Ich will hier natürlich niemanden ausreden FIN oder Minox (mach selber grad ne Minox-Kur) zu nehmen, doch ich finde es nicht gut wenn es allen hier quasi aufgezwungen wird mit der Maßgabe es für den Rest des Lebens zu nehmen ohne die Folgen zu kennen.

Gruss fineliner

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [cheveux](#) on Sun, 13 Mar 2011 17:05:24 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@Finliner Es ist ein grundsätzlicher Fehler eine Person mit sich selbst zu vergleichen, es gibt keinen zusammenhängenden Bezug. Das ist so, als würde man in eine Glaskugel schauen. Das Du Ähnlichkeiten feststellst ist normal, deshalb existiert ja auch die NW-Skala.

Einem 23jährigen würde ich immer eine HT ausreden wollen. Wir sind keine Hellseher, wir wissen nicht wo seine Reise hingeht.

Aber gerade in seinem Fall, sehe ich gerade in den Medikamenten eine weitere Option.

Im Grunde ist eine HT nur ein künstlicher Eingriff, der niemals der Natur entsprechen kann, ein heutiger Arzt nähert sich nur diesem Vorbild, einen jungen Mann kann das mehr schaden als einem im reiferem Alter. Schaut euch den Schönheitswahn doch an.., aber es ist sicherlich ein sensibles Thema.

Das ist übrigens ein weiterer Grund, der gegen eine HT in diesem Alter spricht. In diesem Fall würde ich mich gegen eine HT entscheiden wollen, aber er ist erwachsen und sollte seine Entscheidungen selbst treffen.

@Arni

Schau Dir auf jeden Fall eine Person live an, die eine HT durchgeführt hat.

Wäre er ein NW4 oder 5 hätte ich übrigens keine Bedenken.

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [fineliner](#) on Sun, 13 Mar 2011 18:15:32 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

@ cheveux

Den Bezug habe ich hergestellt, da sein Foto welches ihn von der Seite zeigt von mir mit 23 Jahren sein könnte - sogar die Haarfarbe stimmt. Die Abbildung die er von seinem Vater im Alter von 40 Jahren zeigt trifft ebenfalls ziemlich gut auf mich zu. Das alles ganz anders bei ihm ablaufen könnte darüber brauchen wir natürlich gar nicht zu reden. Und ich werd auch kein NW4 bleiben und insofern kann man wohl schon einen Vergleich anstellen wenn man ein Worst-Case von NW6 annimmt. Der springende Punkt für einen Vergleich war aber die Einstellung zu Medikamenten und diesbezüglich wollte ich einfach klarstellen, das man FIN nicht unbedingt als zwangsläufigen OP-Bestandteil ansehen muss. Im übrigen wird Andreas Krämer ihn wohl aufgeklärt haben und Dr. Mwamba wird es noch tun. Grundsätzlich wäre es sicherlich besser noch etwas zu warten; andererseits sind die jetzt geplanten Grafts - sofern sparsam damit umgegangen wird - nicht verloren und dort platziert wo sie ohnehin mal hin müssten und können ihm schon in den frühen 20ern etwas Freude bereiten.

Ein Treffen mit einem Patienten wäre allerdings wirklich mehr als empfehlenswert.

Gruss fineliner

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [cheveux](#) on Sun, 13 Mar 2011 21:13:13 GMT

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

---

fineliner schrieb am Sun, 13 March 2011 19:15@ cheveux

Den Bezug habe ich hergestellt, da sein Foto welches ihn von der Seite zeigt von mir mit 23 Jahren sein könnte - sogar die Haarfarbe stimmt. Die Abbildung die er von seinem Vater im Alter von 40 Jahren zeigt trifft ebenfalls ziemlich gut auf mich zu. Das alles ganz anders bei ihm ablaufen könnte darüber brauchen wir natürlich gar nicht zu reden. Und ich werd auch kein NW4 bleiben und insofern kann man wohl schon einen Vergleich anstellen wenn man ein Worst-Case von NW6 annimmt. Der springende Punkt für einen Vergleich war aber die Einstellung zu Medikamenten und diesbezüglich wollte ich einfach klarstellen, das man FIN nicht unbedingt als zwangsläufigen OP-Bestandteil ansehen muss. Im übrigen wird Andreas Krämer ihn wohl aufgeklärt haben und Dr. Mwamba wird es noch tun. Grundsätzlich wäre es sicherlich besser noch etwas zu warten; andererseits sind die jetzt geplanten Grafts - sofern sparsam damit umgegangen wird - nicht verloren und dort platziert wo sie ohnehin mal hin müssten und können ihm schon in den frühen 20ern etwas Freude bereiten.

Ein Treffen mit einem Patienten wäre allerdings wirklich mehr als empfehlenswert.

Gruss fineliner

Fineliner, ist das ein Ernst?

Du stellst einen Bezug auf, weil du gleiche Ähnlichkeiten feststellst?

Das ist etwas blauäugig, du kannst hier keine Vergleiche ziehen, nicht mal wenn es einen Verwandtschaftsgrad gebe.



Es existiert kein Muster.. Es ist genetisch vorprogrammiert, das kann man nicht vorhersagen, nicht mal der Bezug zwischen Verwandten kann man als Vorhersage nehmen. Es ist aber dann schon eher ein Richtwert, deshalb ein anzunehmender Worst-Case.

Dein Bezug ist quasi an den Haaren heran gezogen.

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Klaus2011!](#) on Sun, 13 Mar 2011 23:15:31 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Danke für eure Meinungen! Habe echt Gefühl, dass ihr alle nur das beste wollt... schön, dass es dieses Forum mit so vielen hilfsbereiten Usern gibt. Aber bitte zankt euch nicht und schon gar nicht wegen mir.

Heute gab es eine kleine Wende in meinem Fall.

Ich hatte schon vor längere Zeit versucht mit "Moses" via Email in Kontakt zu treten, doch leider hatte sich alles wegen ein paar Umstände verzögert. Was das für Umstände waren, müsst ihr ihn selber fragen Aber egal.. heute hat es sich bei mir dann doch noch telefonisch gemeldet. Wir hatten ein längeres Gespräch in dem ich überwiegend negatives bezüglich meines Haarstatus hören musste.

Es vertritt ganz klar die Auffassung, dass eine HT bei meinem Status und Alter, nur in Verbindung mit Finasterid funktionieren würde.

Weiter ist er der Meinung, dass meine Haardichte an den Seiten auch nicht besonders hoch ist.

Dieses würde dementsprechend wenig Donorreserven bedeuten.

Ferner sagt er, dass ich ca. 2000 Grafts benötigen werde.

Er meinte natürlich auch, dass eine Diagnose an Hand von Bildern nur sehr ungenau sein kann. Aber für mich waren seine Argumente trotzdem alle nachvollziehbar. Ich will an dieser Stelle auch ein Lob loswerden. Ich hatte den Eindruck, dass Moses sehr ehrlich und direkt ist. Man merkt, dass es ihn nicht um Geld sondern um zufriedene Kunden geht. Also Danke schon mal an dieser Stelle!

Wie sind wir nun verblieben. Ich werde am 16.04.11 zu einer persönlichen Beratung nach Düsseldorf fahren. Dort kann er mich dann genau unter die Lupe nehmen und auch fundierte Aussagen treffen. Wenn er sagt, dass ich kein Kandidat für eine HT bin, dann werde ich wohl meinen Termin absagen.

So weit ich weiß, bekommt man die Anzahlung noch zurück, wenn man den Termin 21 Tage vorher absagt. (wenigstens etwas positives)

Ig Arni

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

---

Posted by [hairline](#) on Sun, 13 Mar 2011 23:40:22 GMT

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

---

genauso solltest Du vorgehen Arnie, mach Dir in aller Ruhe Gedanken und überstürze nichts!

Gruß

hairline

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [cheveux](#) on Sun, 13 Mar 2011 23:40:37 GMT

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

---

Arni2011! schrieb am Mon, 14 March 2011 00:15Danke für eure Meinungen! Habe echt Gefühl, dass ihr alle nur das beste wollt... schön, dass es dieses Forum mit so vielen hilfsbereiten Usern gibt.

Aber bitte zankt euch nicht und schon gar nicht wegen mir.

Heute gab es eine kleine Wende in meinem Fall.

Ich hatte schon vor längere Zeit versucht mit "Moses" via Email in Kontakt zu treten, doch leider hatte sich alles wegen ein paar Umstände verzögert. Was das für Umstände waren, müsst ihr ihn selber fragen Aber egal.. heute hat es sich bei mir dann doch noch telefonisch gemeldet. Wir hatten ein längeres Gespräch in dem ich überwiegend negatives bezüglich meines Haarstatus hören musste.

Es vertritt ganz klar die Auffassung, dass eine HT bei meinem Status und Alter, nur in Verbindung mit Finasterid funktionieren würde.

Weiter ist er der Meinung, dass meine Haardichte an den Seiten auch nicht besonders hoch ist.

Dieses würde dementsprechend wenig Donorreserven bedeuten.

Ferner sagt er, dass ich ca. 2000 Grafts benötigen werde.

Er meinte natürlich auch, dass eine Diagnose an Hand von Bildern nur sehr ungenau sein kann. Aber für mich waren seine Argumente trotzdem alle nachvollziehbar. Ich will an dieser Stelle auch ein Lob loswerden. Ich hatte den Eindruck, dass Moses sehr ehrlich und direkt ist. Man merkt, dass es ihn nicht um Geld sondern um zufriedene Kunden geht. Also Danke schon mal an dieser Stelle!

Wie sind wir nun verblieben. Ich werde am 16.04.11 zu einer persönlichen Beratung nach Düsseldorf fahren. Dort kann er mich dann genau unter die Lupe nehmen und auch fundierte Aussagen treffen. Wenn er sagt, dass ich kein Kandidat für eine HT bin, dann werde ich wohl meinen Termin absagen.

So weit ich weiß, bekommt man die Anzahlung noch zurück, wenn man den Termin 21 Tage vorher absagt. (wenigstens etwas positives)

Ig Arni

Ein Streit ist nicht immer etwas negatives, es zeigt verschiedene Sichtweisen, niemand kann Dir etwas vorschreiben, aber vielleicht hilft es Dir in deinen Entscheidungen.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [fineliner](#) on Mon, 14 Mar 2011 05:50:45 GMT

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

---

Zitat:.. Ein Streit ist nicht immer etwas negatives, es zeigt verschiedene Sichtweisen, niemand kann Dir etwas vorschreiben, aber vielleicht hilft es Dir in deinen Entscheidungen...

Als Streit habe ich es nicht angesehen, den Vergleich mußte ich herstellen, da ich klar stellen wollte das FIN keine Hustenbonbons sind und ich überlegt habe wie ich mich an seiner Stelle verhalten würde - die zufällige Ähnlichkeit war nicht der ausschlaggebende Punkt. Wenn also einem sehr jungen Menschen mit gerade mal 23 Jahren die langfristige quasi lebenslange Medikamenteneinnahme empfohlen wird, dann muss man ihn auch darauf hinweisen, dass es User gibt die durchaus ihre Probleme damit bekommen haben und absetzen mußten. Für ein wahres Worst-Case würde ich die Möglichkeit auf eine potentielle FIN-Unverträglichkeit eben mit einplanen. Ich werde wegen dieser Einstellung oft kritisiert und behaupte auch nicht das meine Sichtweise der Königsweg ist. Ich bin auf jeden Fall sehr froh das er nun ordentlich vermessen wird.

Gruss fineliner

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Dieta](#) on Wed, 06 Apr 2011 12:26:00 GMT

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

---

Hi Arni2011,

ich war vor kurzem bei Dr. Mwamba und habe eine HT durchführen lassen.  
Ich würde sagen mein Status ist vergleichbar mit deinem.  
Schau mal den Thread "HT mit 30 Jahren" an.

Meine Empfehlung an Dich:

Vergiss den ganzen Vitaminscheiss (wofür ballerst du dein Geld für Aminosäuren raus? Isst du nie Eiweiss?) und nimm 1 mal täglich 1mg Finasterid.

Das ist das EINZIGE wo eine Wirkung nachgewiesen ist. Und das Nebenwirkungen auftreten ist eh unwahrscheinlich.

VG

Dieta

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Klaus2011!](#) on Wed, 06 Apr 2011 16:10:22 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo Dieta,

danke für deinen Beitrag.  
Dein Status schein wirklich sehr an meinen ranzukommen.

Die Aminosäuren, Eiweiß und Vitamine nehme ich nicht auf Grund meines Haarproblems, sondern weil ich Wettkampf-Bodybuilding betreibe.

Wenn mir am 16.04.11 "Moses" sagt, dass ich für eine Transplantation geeignet bin, dann werde ich mit der Anwendung von Minox oder Revivogen beginnen.  
Wenn mir allerdings gesagt wird, dass meine Donordichte sehr gering ist und mein künftiger Haarstatus ein NW6 Fall sein wird, dann macht es für mich auch keinen Sinn jeden Tag Medikamente zu nehmen. Dann werde ich wohl meine künftigen Glatze akzeptieren müssen und auf eine HT verzichten.

Hat jemand Erfahrungen zu Revivogen? Auf der Herstellerseite wird das Produkt als DHT-Blocker beworben. Wenn dieses wirklich so stimmt, dann könnte ich auf Finasterid verzichten und könnte mögliche Nebenwirkungen umgehen. (Gerade als Bodybuilder macht sich eine Gyno nicht besonders gut, da dies ein Hinweis auf Stereoides ist)

Dieta, halt uns auf dem Laufenden was deinen Wachstum angeht.

Gruß Arni

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Treblig](#) on Wed, 06 Apr 2011 17:19:30 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Hallo,also bei Moses bist du erstmal gut aufgehoben,er wird deine Haare ins Detail durchmessen. Dann könnt ihr zusammen einen Plan erstellen was geht und was nicht.

Du würdest ja dem Status deines Vaters schon sehr nahe kommen,wie sieht es beim Großvater mütterlicher Seits auf dem Kopf aus?

Revivogen wär mir zu teuer,gib es einfach mal in die Suchfunktion im Allgemeinen Forum ein,dort findest du etwas dazu. So vielen hat es nicht geholfen.Um nicht zu sagen,dass mir niemand bekannt ist!Wenn topische DHT-Blocker,dann Spirolatone oder Flutamide. Ich würde dir Fin wenigstens zum testen anraten,das ist das Kampfmittel Nr.1, was dem Großteil hilft. Fallen dir Zurzeit Haare aus?

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

---

Posted by [Dieta](#) on Wed, 06 Apr 2011 19:03:45 GMT

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

---

Hi Arni,

Wettkampf Bodybuilder?

Ok, aber das Anabolika sich negativ auf deinen Haarstatus auswirken werden weisst du oder?

OT:Ünd auch dann, spar dir die Kohle für Aminosäuren- und Vitaminpräparate und kauf dir eine Packung Gemüse.

VG

Dieta

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Klaus2011!](#) on Wed, 06 Apr 2011 19:42:30 GMT

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

---

Hallo Treblig,

ja, so wie es aussieht komme ich nach meinem Vater.

Mein Großvater (mütterlich) ist 74 und ist ca. NW4 ohne Tonsur. Eigentlich hat keiner in meiner Familie eine Tonsur... alle nur besonders tiefe Geheimratsecken.

Moses meinte aber, dass er anhand meiner Bilder ein Ausdünnung am Oberkopf erkennen kann. Ich bin nun auch etwas verusichert, da es auf den Bildern wirklich etwas danach aussieht. Habe meinen Frisör nochmal darauf angesprochen und er meinte, dass er nichts davon erkennen kann. Aber egal... am 16.04. weiß ich dann mehr.

Merkbaren Haarausfall habe ich eigentlich nicht. Also ich kann mir nicht vorstellen, dass es mehr als 100 Haare am Tag sind.

An Dieta,

ich nehme keine anabolen Steroide. Bewege mich in einer Gewichtsklasse, in der es gerade noch auf dem legalen Wege möglich ist. Bin mir aber durchaus bewusst, dass der Sport die körpereigene Testoproduktion leicht anheben kann... was wiederum schlecht für die Kopfhare ist... Aber man kann ja nicht auf alles verzichten nur damit man ein paar mehr Haare auf dem Kopf hat.

Die Kalorienaufnahme geschieht übrigens zu 85% durch natürliche Nahrungsmittel und jede Mahlzeit hat auch einen Anteil an Gemüse.

Gruß Arni

Ps: Wenn Minox und Revivogen nicht anschlägt, dann kann ich Fin ja immer noch ausprobieren.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Haareweg](#) on Wed, 06 Apr 2011 19:42:38 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Dieta schrieb am Wed, 06 April 2011 21:03Hi Arni,

Wettkampf Bodybuilder?

Ok, aber das Anabolika sich negativ auf deinen Haarstatus auswirken werden weisst du oder?

VG

Dieta

hat er was geschrieben, das er anabolika nimmt? nein.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Dieta](#) on Wed, 06 Apr 2011 19:48:33 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

<OT>

Wettkampf BB ist zu 99% Anabolika... leider.  
Daher bin ich einfach mal davon ausgegangen.

Aber laut Arni gehört er zu den 1%.

VG

Dieta

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Desmond](#) on Wed, 06 Apr 2011 20:01:29 GMT  
[View Forum Message](#) <> [Reply to Message](#)

---

Treblig schrieb am Wed, 06 April 2011 19:19

Revivogen wär mir zu teuer,gib es einfach mal in die Suchfunktion im Allgemeinen Forum ein,dort findest du etwas dazu. So vielen hat es nicht geholfen.

Ich habe seit einer Woche mit der Anwendung von Revivogen+ Revivogen Shampoo angefangen und bin zumindest was die Anwendung angeht zufrieden, da es sofort auf der Kopfhaut aufgetragen trocknet und nicht wie Minox einen öligen Film hinterlässt. Fluta und Spiro soll in der Anwendung nicht so praktisch sein da es sich um eine creme handelt und auch sehr unagenehm riechen, von der Schwierigkeit das Produkt zu beziehen mal ganz abgesehen.

Im gegensatz zu Finasterid hemmt Revivogen nicht nur die Typ II 5AR sondern auch das Typ I 5AR.

Außerdem ist es auch für Frauen geeignet da es zu keinen Nebenwirkungen führt.

---

3 Ampullen je 60ml sind erhältlich in Apotheken für 99€. Da man nur tgl. 1ml aufträgt reicht der Inhalt ca 6 Monate, also gerade mal 16€ mtl. Was nun wirklich nicht teuer ist. Aber aus Sicht eines Studenten sieht das natürlich wieder anders aus

Es gibt einige User hier im Forum die unter Revivogen ihren Status erfolgreich halten können. u.a. Floater und ein anderer Topuser aus dem allgemeinen Forum. In amerikanischen Foren liest man auch viel positives.

Diejenigen die es verteufeln haben es schon nach wenigen Monaten abgesetzt weil sie keinen Haarnewuchs bekommen haben LOL! Oder es soll ja welche geben die fast jedem User zu einem 100€ Beratungsgespräch lotsen wollen weil es ja "günstig" ist und gleichzeitig eine 6 monatige Anwendung eines DHT hemmers wo Millionen Beträge in die Forschung gesteckt wurde als teuer bezeichnet

Ich würde mir einfach auf deren Meinung nichts geben. Probieren geht über Studieren.

@Arni

Meiner Meinung nach bist unter der Voraussetzung das du nach der HT einen DHT Hemmer in Form von Revivogen, Pantostin, Spiro, Fluta, El-Cranell oder Finasterid einnimmst für eine HT geeignet.

Ob dein HA weiter geht oder nicht kann dir kein Mensch auf diesen Planeten vorhersagen. Und höre nicht auf Leute die dich zu Beratern lotsen wollen um deine Donorreserven messen zu lassen. Dr. Mwamba wird das mit Sicherheit in Rahmen der HT kostenlos tun. Mit den gesparten 100€ Beratungsgebühr kannst du dir dann Revivogen kaufen oder mit deiner Freundin einen schönen Tag verbringen

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Treblig](#) on Wed, 06 Apr 2011 20:16:59 GMT

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

---

Geil Desmond Also ich habe Revivogen über 6 Monate getestet und es hat nichts gebracht. Im übrigen kann man Revivogen auch selber herstellen, da würde man noch kostengünstiger kommen. ;- ) Klar kann man es testen, meine Hauptaussage zu Medikamenten war ja Fin zu testen, nicht? Wenn du jetzt mehr Berichte über Revivogen findest als über Fin, dann nimm ich alles zurück.

Lotsen? Frage: Hat Arni nicht selber mit Moses Kontakt aufgenommen? Der Schwachfug hört hier nicht auf! Sorry manche Leute hier brauchen ganz dringend ein Verschwörungstheorien-Psychologen! Und ja, ich weiß das Arni bei Moses Beratungstechnisch in guten Händen ist. Genau so wie bei Andreas Krämer, den er auch kontaktiert hat. Genau so wie bei jemandem Top-Arzt wie Mwamba. Was willst du?

@Arni:

Bitte lies einfach viel,bild dir deine eigene Meinung. Du machst die richtigen Schritte.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Desmond](#) on Wed, 06 Apr 2011 20:37:11 GMT

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

---

Just 6 Monate und nach so kurzer Zeit kannst du darüber ein statement abgeben?

Ich bin halt ein rationell denkender Mensch und daher würde ich nie für eine Dienstleistung die ich kostenlos bekomme 100€ ausgeben!!!

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Treblig](#) on Wed, 06 Apr 2011 21:11:40 GMT

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

---

Ich gehe nicht nur nach mir,sondern nach Berichten,und da war mal ein Hype um Revivogen wo es viele getestet hatten. Es ist aber sehr ruhig geworden. Testen kann man alles,klar. Vielleicht hilft es,vielleicht nicht. Wie bei allen Haarausfallmedikamenten. Fin hilft konstat den meisten. Das ist kein Geheimnis. Achso, Spiro gibts übrigens auch flüßig Der geruch ist aber wirklich nicht so prikelnt.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Desmond](#) on Wed, 06 Apr 2011 21:21:07 GMT

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

---

Ich habe diesbezüglich alle revivo treads hier überflogen. Es waren maximal 5 Leute die es getestet hatten. Wie gesagt habe ich Finasterid aufgrund von NW abgesetzt und habe leider keine andere Alternative als Revivogen. Panto soll in der Wirkung schwächer sein. Die Anwendung ist aber primär nur als Vorsichtsmaßnahme gedacht, da mein Haarstatus seit mehr als 3 Jahren stabil ist.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [yoshi84](#) on Thu, 07 Apr 2011 23:53:40 GMT

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

---

Arni2011! schrieb am Wed, 06 April 2011 21:42



An Dieta,

ich nehme keine anabolen Steroide. Bewege mich in einer Gewichtsklasse, in der es gerade noch auf dem legalen Wege möglich ist. Bin mir aber durchaus bewusst, dass der Sport die körpereigene Testproduktion leicht anheben kann... was wiederum schlecht für die Kopfhaare ist...

Sicher dass das so stimmt? Wenn man es auf natürliche Basis macht wirkt es sich meines Wissens nach absolut garnicht auf Haare aus.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Funyouu](#) on Mon, 11 Apr 2011 07:46:47 GMT

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

---

hat er was geschrieben, das er anabolika nimmt? nein.[/quote]

Jeder Wettkampfbuilder nimmt Steroide.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Funyouu](#) on Mon, 11 Apr 2011 07:50:42 GMT

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

---

Funyouu schrieb am Mon, 11 April 2011 09:46hat er was geschrieben, das er anabolika nimmt? nein.

Jeder Wettkampfbuilder nimmt Steroide. Irgendwann ist der Punkt angelangt wo ohne steroide nichts mehr geht. Arni, kannst mir sagen was DU außer Amino, Creatin und Eiweiß noch zu Dir nimmst?[/quote]

LG Funyouu

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Klaus2011!](#) on Mon, 11 Apr 2011 11:07:18 GMT

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

---

Dieser Threat soll nicht zum BODYBUILDING-THREAT werden! Also keine weiteren Fragen mehr diesbezüglich bitte!

Hauptsächlich arbeitet man über die natürliche Ernährung. Was die meisten allerdings immer interessiert sind die Sups. Deswegen hier kurz die wichtigsten Sups im Überblick:

Crashgainer (nach dem Train)  
Casein-Protein (für die Nacht)  
Whey Protein  
Kreatin  
Vitamine/ Mineralien (All-in-One-Präparat)  
L-Glutamin  
BCAA's

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [NW5a](#) on Mon, 11 Apr 2011 12:53:30 GMT

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

---

Mir hatte Revivogen auch sehr geholfen. Hatte sogar einen Dermaroller zusätzlich genutzt.  
Leider reagiere zu sehr auf die DHT Hemmung.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Klaus2011!](#) on Mon, 11 Apr 2011 14:03:52 GMT

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

---

Hallo NW5a,

was ist ein Dermaroller?

Und wie ist deine Äußerung "Leider reagiere zu sehr auf die DHT Hemmung" zu verstehen? Ist das nicht optimal, wenn das Produkt gegen DHT wirkt?

Gruß Arni

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Haareweg](#) on Mon, 11 Apr 2011 15:40:05 GMT

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

---

Funyouu schrieb am Mon, 11 April 2011 09:46hat er was geschrieben, das er anabolika nimmt?  
nein.

Jeder Wettkampfbuilder nimmt Steroide.

also das kann man so nicht im raum stehen lassen. das ist absoluter bullshit. sagt dir natural  
bodybuilding was? nein also informier dich, bevor du irgendwelchen müll schreibst.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung  
Posted by [Dieta](#) on Mon, 11 Apr 2011 16:05:01 GMT

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

---

Haareweg schrieb am Mon, 11 April 2011 17:40Funyouu schrieb am Mon, 11 April 2011 09:46hat er was geschrieben, das er anabolika nimmt? nein.

Jeder Wettkampfbuilder nimmt Steroide.

also das kann man so nicht im raum stehen lassen. das ist absoluter bullshit. sagt dir natural bodybuilding was? nein also informier dich, bevor du irgendwelchen müll schreibst.

Dann geb ich jetzt auch nochmal meinen Senf dazu.

Wenn er von Bodybuilding spricht, hat er ja fast recht, da würde ich mich auf "99% nehmen Steroide" einlassen.

Er hat ja nicht von Natural Bodybuilding gesprochen.

VG

Dieta, der seit 16 Jahren Natural Bodybuilding betreibt

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Funyouu](#) on Wed, 13 Apr 2011 09:15:33 GMT

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

---

Haareweg schrieb am Mon, 11 April 2011 17:40Funyouu schrieb am Mon, 11 April 2011 09:46hat er was geschrieben, das er anabolika nimmt? nein.

Jeder Wettkampfbuilder nimmt Steroide.

also das kann man so nicht im raum stehen lassen. das ist absoluter bullshit. sagt dir natural bodybuilding was? nein also informier dich, bevor du irgendwelchen müll schreibst.

Um Gottes Willen.... soetwas darf man natürlich nicht im Raum stehen lassen. Hör zu Mr. Naturel Profi Denker. Zuerst einmal liegt das hier nicht mehr zur Debatte. Zweitens so wie es Dieta schon sagte, spricht man von ,Wettkampf Profi Bodybuilder, liegt die Quote bei 99%. Wenn es so ist das Arni zu den 1% gehört ist es doch schön das es auch solche Gibt. Laß es nun dabei beruhen.

Danke

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [yoshi84](#) on Wed, 13 Apr 2011 09:46:37 GMT

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

---

Führt denn nun naturelles Fitness/Bodybuilding zu Haarausfall oder nicht Konnte es bisher noch immer nicht deutlich herauslesen.

---

---

Subject: Aw: HT Termin bei Dr. Mwamba + Eure Meinung

Posted by [Dieta](#) on Wed, 13 Apr 2011 11:21:17 GMT

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

---

yoshi84 schrieb am Wed, 13 April 2011 11:46Führt denn nun naturelles Fitness/Bodybuilding zu Haarausfall oder nicht. Konnte es bisher noch immer nicht deutlich herauslesen.

Sehr unwahrscheinlich.

Lass uns bloß nicht anfangen hier Gerüchte in die Welt zu setzen.

Auch wenn man es vielleicht schaffen kann, durch sportliche oder ernährungstechnische Maßnahmen seinen Testosteronspiegel zu "optimieren", dürfte das keine signifikanten Auswirkungen auf den erblich bedingten Haarausfall haben.

Beispiel: Sagen wir, man schafft es seinen Testosteronspiegel mit natürlichen Mitteln um 10% zu erhöhen... bei Anabolika-Einnahme erhöht man diesen locker mal um 800%... nur um die Relation mal klar zu machen.

Die eventuelle Auswirkung dürfte also locker zu vernachlässigen sein, wenn es überhaupt eine gibt.

Berichtigt mich falls ihr andere Informationen habt und belegen könnt.

VG

Dieta

---

Subject: wirklich letzter Beitrag zum Thema Bodybuilding!!

Posted by [Klaus2011!](#) on Wed, 13 Apr 2011 17:07:27 GMT

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

---

Um alle "Amateur-Bodybuilder" zu beruhigen. Ich stimme meinem Vorredner (Dieta) zustimmen. Beim Bodybuilding ohne Zuführung von externem Testosteron, wird die Erhöhung des Testosteronspiegels (alleine durch das Heben schwerer Gewichte) niemals so hoch sein, dass es sich auf unser Haarproblem signifikant auswirkt.

Außerdem möchte ich kurz darauf hinweisen, dass bitte zwischen Amateurbodybuilding und Profibodybuilding unterschieden wird. In Deutschland gibt es wahrscheinlich lediglich eine Hand voll Profibodybuildern (diese verdienen ihrem Lebensunterhalt ausschließlich mit dem Sport). Das die Profibodybuilder zu 99,9% Stereoiden (Anabolika) verwenden, stimme ich voll und ganz zu. Beim Amateurbodybuilding (wie ich es betreibe), ist dieser Prozentsatz meiner Meinung nach geringer.

Hier ein Auszug aus einem Artikel. Quelle: "www.team-andro.com"

Der Sturz des T(estosteron)

Amerika ist das Paradebeispiel für niedrige Testosteronspiegel geworden. Männer werden heutzutage mehr und mehr feminin und machen sich Gedanken über ihre Augenbrauen, über Spray Tanning und ihre Termine für Maniküre und Pediküre.

Es gibt viele mögliche Erklärungsversuche für den Niedergang des Testosterons und den ununterbrochenen Anstieg von Leuten, die bei American Idol am Voting teilnehmen. Sceptiker werden sagen, dass die niedrigen durchschnittlichen Testosteronwerte auf die alternde Gesellschaft zurückzuführen sind. Das erklärt aber nicht, warum die jüngeren Kerle diese weiblichen Anwandlungen haben. Ich glaube Ihre niedrigen Testosteronwerte sind größtenteils auf die Wahl des Lifestyles zurückzuführen.

Adipositas, Stress, verschreibungspflichtige Medikamente, lang aufbleiben und schlechte Ernährung beeinflussen alle mehr oder weniger den Testosteronlevel, aber absurderweise wird ein Lifestyle, der niedrige Testosteronwerte provoziert, glorifiziert.

Der 25jährige Kerl mit der durch Muffins geschaffenen Taille, dessen stressiger Job ihn nachts lange wach hält, ist genau das, worauf einen die Colleges vorbereiten. Verfolgst Du diesen Lifestyle zu lange, werden eine selbst hervorgerufene Kastration, einen Bauch, der nicht schwinden will und ein iPod voller Musik von Kenny G. die Folge sein.

Aber das ist der Clou: Die Kastration hat auch einen Bereich infiltriert und infiziert, von dem Du dachtest, dass er gegen niedrige Testosteronwerte immun sei das Gym.

Kastration im Gym?

Was haben Kniebeugen, Kreuzheben, Bankdrücken, Überkopfdücken und Dips gemeinsam? Antwort: Sie sind alle Verbundübungen, die verwendet werden können um extreme Mengen an testosteronbildender Belastung einzubauen.

---

Subject: Aw: wirklich letzter Beitrag zum Thema Bodybuilding!!

Posted by [bennY](#) on Tue, 07 Jun 2011 09:48:44 GMT

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

---

Arni2011! schrieb am Wed, 13 April 2011 19:07Um alle "Amateur-Bodybuilder" zu beruhigen. Ich stimme meinem Vorredner (Dieta) zustimmen. Beim Bodybuilding ohne Zuführung von externen Testosteron, wird die Erhöhung des Testosteronspiegels (alleine durch das Heben schwerer Gewichte) niemals so hoch sein, dass es sich auf unser Haarproblem signifikant auswirkt.

Außerdem möchte ich kurz darauf hinweisen, dass bitte zwischen Amateurbodybuilding und Profibodybuilding unterschieden wird. In Deutschland gibt es wahrscheinlich lediglich eine Hand voll Profibodybuildern (diese verdienen ihrem Lebensunterhalt ausschließlich mit dem Sport) Das die Profibodybuilder zu 99,9% Stereoid(e)Anabolika verwenden, stimme ich voll und ganz zu. Beim Amateurbodybuilding (wie ich es betreibe), ist dieser Prozentsatz meiner Meinung nach geringer.

Hier ein Auszug aus einem Artikel. Quelle: "www.team-andro.com"

Der Sturz des T(estosteron)

Amerika ist das Paradebeispiel für niedrige Testosteronspiegel geworden. Männer werden heutzutage mehr und mehr feminin und machen sich Gedanken über ihre Augenbrauen, über Spray Tanning und ihre Termine für Maniküre und Pediküre.

Es gibt viele mögliche Erklärungsversuche für den Niedergang des Testosterons und den ununterbrochenen Anstieg von Leuten, die bei American Idol am Voting teilnehmen. Skeptiker werden sagen, dass die niedrigen durchschnittlichen Testosteronwerte auf die alternde Gesellschaft zurückzuführen sind. Das erklärt aber nicht, warum die jüngeren Kerle diese weiblichen Anwandlungen haben. Ich glaube Ihre niedrigen Testosteronwerte sind größtenteils auf die Wahl des Lifestyles zurückzuführen.

Adipositas, Stress, verschreibungspflichtige Medikamente, lang aufbleiben und schlechte Ernährung beeinflussen alle mehr oder weniger den Testosteronlevel, aber absurderweise wird ein Lifestyle, der niedrige Testosteronwerte provoziert, glorifiziert.

Der 25jährige Kerl mit der durch Muffins geschaffenen Taille, dessen stressiger Job ihn nachts lange wach hält, ist genau das, worauf einen die Colleges vorbereiten. Verfolgst Du diesen Lifestyle zu lange, werden eine selbst hervorgerufene Kastration, einen Bauch, der nicht schwinden will und ein iPod voller Musik von Kenny G. die Folge sein.

Aber das ist der Clou: Die Kastration hat auch einen Bereich infiltriert und infiziert, von dem Du dachtest, dass er gegen niedrige Testosteronwerte immun sei das Gym.

Kastration im Gym?

Was haben Kniebeugen, Kreuzheben, Bankdrücken, Überkopfdücken und Dips gemeinsam? Antwort: Sie sind alle Verbundübungen, die verwendet werden können um extreme Mengen an testosteronbildender Belastung einzubauen.

Sorry, aber was ist das denn für ein Schwachsinn? Hat hier nichts zu suchen und ist vollkommen unwissenschaftlich.