

---

Subject: Mein Erfolgsrezept für die Front

Posted by [ParkerLewis](#) on Tue, 19 Feb 2008 18:53:47 GMT

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

---

Nach nun 6 Monaten in meinem Regimen, bin ich nun endlich zurück an der Front (sorry für das schlechte Wortspiel, konnte ich mir aber nicht verkneifen... ) und habe fast meine kompletten Haare zurück, inklusive Haarlinie... und was für mich erfolgreich war, kann ja vielleicht auch anderen helfen, da ich weiss, wie beschissen man sich mit lichten Haaren fühlt ... Befasse mich nun schon seit ungefähr zwei Jahren mit dem Thema Haarausfall und habe auch schon verdammt viel ausprobiert, mit mäßigen Erfolgen. Angefangen habe ich, natürlich obligatorisch, mit Propecia und Minox, hat aber nicht viel geholfen, ausser, dass ich mich beschissen gefühlt hab, wie ein 90jähriger Opa. Irgendwann habe ich festgestellt, dass mein Haarausfall weniger mit DHT, sondern eher mit Estrogenen zu tun haben muss, da ich immer nur eine lichte Front, und niemals Haarausfall in anderen Regionen hatte. Es galt also Testosteron zu erhöhen und Estrogen zu senken... Es ist ein Irrglauben, dass aus hohen Testosteronwerten, hohe DHT Werte folgen müssen. Laut Studie der Universität Iowa, wo jungen und älteren Männern, künstlich natürliches Testosteron durch Supplementierung zugeführt wurde, sank der DHT-Spiegel signifikant, wie auch der Estrogenspiegel. DHT folgert sich also eher aus erhöhten Estrogenwerten. Bevor, also DHT steigt, muss der Estrogenwert steigen. Siehe auch eine hier in einer Publikation von Dr. Wong: „DHT is mostly made from estrogen. And, estrogen levels in the body have to increase before DHT levels get critical enough to cost you your hair. It is estrogen that causes muscle loss, fat gain, cranky moods, depression, swollen prostates and lack of mental drive.“

---